

**PENGARUH KONSELING PRENATAL TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN
IBU HAMIL DENGAN RISIKO ANEMIA DI WILAYAH KERJA TPMB
DEWI PUSPITA SARI JAKARTA TIMUR**

Dewi Puspita Sari^{1*}, Maryati Sutarno²

¹⁻²Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

Email Korespondensi: dewipuspitasari1016@gmail.com

Disubmit: 03 Agustus 2024

Diterima: 19 Januari 2025

Diterbitkan: 01 Februari 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v5i2.16722>

ABSTRACT

Anemia is a prevalent nutritional issue among pregnant women, often stemming from iron deficiency and insufficient awareness regarding hemoglobin levels. Utilizing video-based prenatal counseling can enhance pregnant women's knowledge in this regard. This study aimed to assess the effectiveness of prenatal counseling in improving hemoglobin levels among pregnant women at risk of anemia within the TPMB operational area. The research employed a quasi-experimental design featuring experimental and control groups, with pretest and posttest evaluations. The sample consisted of 40 women in their second trimester at Dewi Puspita Sari TPMB. The findings indicated that the average hemoglobin levels in the experimental group were 11.545 g/dL before the intervention and 11.825 g/dL after the intervention. A paired sample t-test performed using SPSS yielded a p-value of 0.000, which is below the significance threshold of 0.05, suggesting a statistically significant impact of video-delivered prenatal counseling on hemoglobin levels compared to pre-intervention measurements and those in the control group. In conclusion, video-based prenatal counseling effectively influences hemoglobin levels in pregnant women at risk of anemia. These findings provide a basis for future research in this domain.

Keywords: *Prenatal Counseling, Pregnant Women, Anemia, Hemoglobin*

ABSTRAK

Anemia adalah masalah gizi yang lazim terjadi pada ibu hamil. Anemia ini dapat disebabkan karena kekurangan zat besi serta kurangnya pengetahuan ibu hamil mengenai kadar hemoglobin. Konseling prenatal dengan menggunakan video merupakan media yang dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil. Tujuan Penelitian untuk mengetahui efektivitas pemberian konseling prenatal dalam meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil dengan risiko anemia pada wilayah operasional TPMB. Metode penelitian yang digunakan adalah desain kuasi-eksperimental yang melibatkan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan pengukuran pretest dan posttest. Sampel penelitian merupakan seluruh Ibu Hamil Trimester II di TPMB Dewi Puspita Sari berjumlah 40 orang. Hasil Penelitian kadar hemoglobin rata-rata di kelompok eksperimen sebelum dan sesudah intervensi adalah 11,545 g/dL dan 11,825 g/dL. Uji-t sampel berpasangan yang dilakukan dengan menggunakan SPSS menghasilkan p-value

0,000 lebih kecil dari batas signifikansi 0,05. Menunjukkan ada pengaruh signifikan secara statistik dari konseling prenatal yang disampaikan melalui video terhadap kadar Hb ibu hamil yang berisiko mengalami anemia, dibandingkan dengan pengukuran sebelum intervensi dan pengukuran pada kelompok kontrol. Kesimpulan dan Saran konseling prenatal yang disampaikan melalui video telah terbukti berdampak pada kadar hemoglobin ibu hamil yang berisiko menderita anemia. Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk studi selanjutnya di bidang ini.

Kata Kunci: Konseling Prenatal, Ibu Hamil, Anemia, Hemoglobin

PENDAHULUAN

Kualitas sumber daya manusia merupakan bagian penting dalam memajukan Negara Kesatuan Republik Indonesia (NKRI) pada zaman ini untuk menjamin sumber daya manusia yang berkualitas, seorang calon ibu harus mencukupi kebutuhan gizinya agar janin dapat berkembang dengan sehat dan lahir dalam keadaan normal (Farhan & Dhanny, 2021).

Anemia adalah masalah kontemporer yang dihadapi banyak ibu hamil (Erowati et al., 2023). Menurut Rohmatika et al (2023), anemia didefinisikan oleh World Health Organization (WHO) di tahun 2011 sebagai suatu kondisi di mana kapasitas pengangkutan oksigen dan jumlah sel darah merah tubuh tidak memadai (Rohmatika et al., 2023). Menurut Kementerian Kesehatan RI (2023), kadar hemoglobin pada ibu hamil harus lebih dari 11 gram per desiliter. Jika berada di bawah kadar tersebut, berarti ibu mengalami anemia (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), terdapat kematian ibu setiap tahunnya lebih dari 303.000 pada fase kehamilan atau persalinan, yang berarti terdapat 216 kematian per 100.000 kelahiran. Dari kematian ibu tersebut, 41,8 persen terkait dengan anemia, dengan kekurangan zat besi sebagai faktor utama penyebabnya di hampir separuh kasus. Prevalensi anemia ibu

hamil paling tinggi di wilayah seperti Afrika, Asia, Eropa, dan Amerika Serikat. Secara spesifik, proporsi terbesar terdapat di benua Afrika dengan angka 57,1%, Asia 48,2%, Eropa 25,1% serta Amerika Serikat 24,1% (Putri et al., 2023). Selain itu, studi yang dilakukan oleh Riskesdas, di Indonesia menunjukkan adanya peningkatan persentase ibu hamil yang menderita anemia, 37,1% pada tahun 2013 menjadi 48,9% di tahun 2018 (BPS, 2021).

Berkurangnya kadar sel darah merah atau hemoglobin selama kehamilan menyebabkan anemia, yang mengganggu kapasitas pengangkutan oksigen ke organ-organ vital, yang sangat penting bagi ibu dan janin (Lailiyah et al., 2022). Hemoglobin mengikat oksigen dan mengantarkannya ke setiap sel di dalam tubuh, sehingga kadar oksigen yang rendah dapat mempengaruhi fungsi jaringan (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Anemia yang terjadi selama kehamilan dapat menyebabkan berbagai dampak negatif, termasuk yang paling umum adalah keguguran, kelahiran prematur, kematian janin dalam kandungan, berat badan lahir rendah, dan kematian perinatal (Lumbanraja & Ikhssani, 2021). Hal ini berisiko meningkatkan angka kesakitan dan kematian pada ibu dan bayi baru lahir.

Tingkat pemahaman ibu hamil terhadap anemia, zat besi, dan folat

sangatlah vital untuk menunjang kehamilan yang optimal dan secara signifikan memengaruhi kadar hemoglobin dengan memotivasi masyarakat untuk berkolaborasi dalam mengembangkan dan mengimplementasikan layanan kesehatan dan program edukasi untuk mengedukasi ibu hamil dalam menjaga kesehatan selama kehamilan, meningkatkan kesadaran akan potensi risiko tinggi atau komplikasi, dan mengenalinya sejak dini (Safitri, 2020).

Pendidikan kesehatan dapat menggunakan media video, yang menyajikan pesan visual yang didukung oleh audio, video memungkinkan komunikasi pesan yang cepat dan efektif, melibatkan ibu hamil secara emosional dan mental dalam suasana yang menyenangkan (Rohani et al., 2023).

Berdasarkan konteks yang telah disebutkan, tujuan peneliti adalah untuk menjalankan studi dengan judul Pengaruh Konseling Prenatal terhadap Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja TPMB Dewi Puspita Sari Jakarta Timur.

KAJIAN PUSTAKA

Konseling merupakan proses pergantian informasi dan menumbuhkan interaksi positif antara klien dan penyedia layanan kesehatan untuk dapat membantu klien mengenali kebutuhan mereka, menentukan solusi secara optimal, serta menentukan keputusan yang paling sesuai dengan keadaan mereka saat ini, konseling melibatkan pertemuan tatap muka antara dua pihak, di mana satu pihak membantu pihak yang lain dalam membuat keputusan secara tepat untuk diri mereka sendiri serta kemudian menindaklanjuti keputusan tersebut (Kementrian Kesehatan RI, 2023).

Sebagai seorang tenaga kesehatan, peran yang diemban dalam memberikan layanan kesehatan sangatlah krusial, khususnya dalam kapasitas sebagai pembimbing. Berdasarkan ketentuan yang diatur dalam Peraturan Menteri Kesehatan No. 28 Tahun 2017, tenaga kesehatan memiliki kewenangan untuk memberikan konseling serta informasi kepada ibu hamil mengenai kondisi kehamilan mereka (Ariska & Darmawati, 2019).

Pelaksanaan konseling untuk ibu hamil merupakan komponen integral dari program perawatan antenatal yang bertujuan untuk menilai kondisi kesehatan ibu hamil oleh tenaga medis. Penting bagi penyedia layanan kesehatan untuk memberikan layanan berkualitas tinggi sesuai dengan standar yang telah ditetapkan (Darmawati et al., 2018).

Salah satu media yang bisa digunakan dalam penyampaian adalah media video yang terdapat pesan-pesan visual disertai dengan suara, film atau video memungkinkan komunikasi pesan yang cepat dan efektif, dan video edukasi dapat membangkitkan emosi positif dan melibatkan ibu hamil secara mental dan emosional dalam suasana yang menyenangkan (Rohani et al., 2023).

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian kuasi eksperimen adalah jenis penelitian yang membandingkan dua kelompok sebelum dan sesudah diberikan perlakuan tertentu. Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 40 wanita hamil di TPMB Dewi Puspita Sari, pada bulan April 2024 dengan, teknik pengambilan sampel memakai rumus Slovin. Teknik analisa yang diterapkan dalam penelitian ini mencakup analisa univariat dan bivariat dengan uji t berpasangan.

HASIL PENELITIAN

Table 1. Distribusi Frekuensi Distribusi Frekuensi Kadar HB Responden Di Wilayah Kerja TPMB Dewi Puspita Sari Jakarta Timur

Distribusi Frekuensi Kadar HB Responden						
Kelompok	Normal		Lebih		Kurang	
	N	%	N	%	N	%
Eksperimen	1	5%	10	50%	9	45%
Kontrol	6	30%	7	35%	7	35%
Distribusi Frekuensi Kadar HB Ibu Hamil						
	N	Min	Max	Mean	Std.Dev	
Pretest Eksperimen	20	8.6	14.1	11.545	1.382	
Posttest Eksperimen	20	10.3	13.9	11.825	1.0592	
Pretest Kontrol	20	10	14.2	11.535	1.23	
Posttest Kontrol	20	10	13	11.325	1.0047	

Berdasarkan table distribusi frekuensi kadar HB responden diketahui bahwa responden pada kelompok eksperimen terbanyak mempunyai kadar HB lebih yaitu 10 orang (50%). Lalu memiliki kadar HB kurang yaitu 9 orang (45%) dan 1 orang (5%) yang memiliki kadar HB normal. Sedangkan pada kelompok kontrol, responden paling banyak memiliki kadar HB lebih yaitu 7 orang (35%) dan memiliki kadar HB kurang yaitu 7 orang (35%). Lalu 6 orang (30%) yang memiliki kadar HB normal.

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi kadar HB ibu hamil

diketahui bahwa pretest pada kelompok eksperimen memiliki nilai min 8.6 dan max 14.1 dengan mean 11.545 serta std.dev 1.382. Posttest pada kelompok eksperimen memiliki nilai min 10.3 dan max 13.9 dengan mean 11.825 serta std.dev 1.0592.

Pretest pada kelompok kontrol memiliki nilai min 10 dan max 14.2 dengan mean 11.535 serta std.dev 1.23. Posttest pada kelompok kontrol memiliki nilai min 10 dan max 13 dengan mean 11.325 serta std.dev 1.0047.

Table 2. Pengaruh Konseling Prenatal Menggunakan Video Terhadap Kadar HB Ibu Hamil.

Pengaruh Konseling Menggunakan Video	N	Mean	Std. Dev	Selisi h Nilai Mean	P-Value
Pretest	20	11.545	1.382	-280	0,000
Posttest	20	11.825	1.0592		
Pengaruh Konseling Prenatal (KIE)					
Pretest	20	11.535	1.23	210	0,000
Posttest	20	11.325	1.0047		

Kadar hemoglobin rata-rata pada pretest adalah 11,545 g/dl dengan standar deviasi 1,3820 g/dl. Pada posttest, kadar hemoglobin rata-rata yaitu 11,825 g/dl dengan standar deviasi 1,0592 g/dl. Perbedaan rata-rata sebesar -280 dengan nilai p-value 0,000, yang menyatakan bahwa nilai p-value kurang dari 0,005. Oleh karena itu, bisa disimpulkan bahwa terdapat pengaruh konseling prenatal menggunakan video terhadap kadar hemoglobin ibu hamil pada kelompok eksperimen.

PEMBAHASAN

Pengaruh Konseling Prenatal Menggunakan Video Terhadap Kadar HB Ibu Hamil Pada Kelompok Eksperimen.

Berdasarkan hasil uji-t berpasangan yang dilakukan dalam kelompok eksperimen, diperoleh p-value 0,000 menunjukkan $p < 0,05$. Dari hasil tersebut, bisa disimpulkan bahwa konseling prenatal memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat hemoglobin pada ibu hamil dalam kelompok eksperimen.

Studi ini sejalan dengan Rahmawati & Silaban (2021), yang menemukan bahwa pada kelompok eksperimen terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 36,99%, nilai p sebesar 0,001 ($p < 0,05$) yang diperoleh dari uji paired sample t-test. Hal ini menunjukkan bahwa metode pendidikan kesehatan menggunakan video berpotensi mempengaruhi tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai anemia (Rahmawati Eka & Silaban, 2021).

Dalam usaha untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia, penggunaan media video terbukti sangat efektif. Pembelajaran berbasis video secara signifikan meningkatkan pemahaman ibu, karena tidak hanya berfungsi sebagai

Dalam pretest, rata-rata kadar hemoglobin yaitu 11.535 gr/dl dengan deviasi standar 1.2300 gr/dl. Pada posttest, rata-rata kadar hemoglobin menurun menjadi 11.325 gr/dl dengan deviasi standar 1.0047 gr/dl. Selisih mean antara kedua tes adalah 0.210 gr/dl, dengan nilai p-value 0.000, menunjukkan bahwa $P < 0.005$. Oleh karena itu, bisa disimpulkan bahwa terdapat pengaruh konseling prenatal menggunakan video pada kadar hemoglobin ibu hamil dalam kelompok kontrol.

alat yang informatif tetapi juga sebagai media yang mendorong kreativitas, memperluas pengetahuan, dan menawarkan cara yang dinamis dan menarik untuk menyampaikan pendidikan kesehatan (Rahmawati Eka & Silaban, 2021).

Maratun dkk. (2023) melakukan penelitian mendalam yang mengungkapkan bahwa penggunaan media gerak dalam sesi edukasi untuk ibu hamil secara signifikan meningkatkan pemahaman dan sikap mereka tentang anemia. Para peneliti mengamati adanya peningkatan yang nyata dalam pengetahuan dan sikap para ibu setelah intervensi edukasi yang melibatkan media gerak. Kesimpulan ini didukung oleh analisis statistik menggunakan uji-t berpasangan, yang menunjukkan adanya perbedaan yang sangat signifikan pada skor sebelum serta setelah edukasi, dengan nilai p-value 0,000 (Maratun et al., 2023).

Menurut asumsi peneliti, konseling prenatal melalui video merupakan media yang memanfaatkan suara dan visual untuk memfasilitasi pendidikan kesehatan, sehingga dapat memperbaiki pengetahuan serta

keterampilan di kalangan ibu hamil. Penggunaan media audiovisual dalam bentuk video memiliki kelebihan pada saat menerangkan isi materi yang disajikan, mengatasi batasan ruang, waktu, dan kemampuan persepsi, serta mengatasi sikap pasif. Melalui penggunaan media audiovisual, ibu hamil dapat meningkatkan pengetahuan mereka, membentuk sikap mereka, dan secara efektif menerapkan strategi untuk meningkatkan kadar hemoglobin, sehingga dapat mencegah anemia.

Pengaruh Konseling Prenatal (KIE) Video Terhadap Kadar HB Ibu Hamil Pada Kelompok Kontrol.

Hasil uji-t berpasangan di golongan kontrol diketahui bahwa p-value sebesar 0,000, menunjukkan signifikansi statistik pada ambang batas $p < 0,05$. Karena itu, bisa disimpulkan bahwa konseling prenatal memiliki pengaruh pada kadar hemoglobin ibu hamil dikelompokkan kontrol.

Studi ini sejalan dengan temuan Satriani & Ratnawati (2022), yang melaporkan adanya perbedaan mencolok dalam tingkat hemoglobin sebelum serta setelah intervensi di kelompok kontrol dalam kelompok edukasi dan suplementasi menggunakan tablet zat besi, tingkat hemoglobin ibu hamil dengan kondisi anemia menunjukkan peningkatan (Satriani & Ratnawati, 2022).

Peningkatan kadar Hb pada kelompok kontrol kemungkinan besar tidak semata-mata akibat kepatuhan terhadap intervensi, melainkan juga dipengaruhi oleh variabel eksternal seperti status gizi dan asupan nutrisi (Satriani & Ratnawati, 2022).

Menurut asumsi peneliti, ada banyak cara untuk menanggulangi anemia pada ibu hamil, diantaranya melalui konseling prenatal. Kadar

hemoglobin (Hb) dalam tubuh dipengaruhi oleh bermacam faktor. Salah satu faktor penting yang bisa ditingkatkan adalah dengan mengonsumsi tablet besi tambahan. Konsumsi tablet besi yang tepat, dengan memperhatikan cara dan waktu minum yang optimal, terbukti dapat meningkatkan kadar Hb secara signifikan, terutama melalui konseling prenatal dengan menggunakan intervensi pendidikan kesehatan (KIE).

KESIMPULAN

Distribusi frekuensi rata-rata kadar hemoglobin (Hb) di kelompok eksperimen, yang diukur sebelum dan sesudah konseling prenatal menggunakan video, masing-masing adalah 11,545 g/dL dan 11,825 g/dL, menunjukkan bahwa ibu hamil berada dalam kadar hemoglobin normal. Studi ini menemukan bahwa konseling prenatal menggunakan video yang diberikan pada ibu hamil berisiko anemia di wilayah kerja TPMB Dewi Puspita Sari Jakarta Timur pada tahun 2024, menunjukkan pengaruh signifikan pada kadar hemoglobin mereka. Hal ini ditunjukkan nilai P-Value kurang dari 0,005 ($P\text{-Value} < 0,005$).

DAFTAR PUSTAKA

- Ariska, D., & Darmawati. (2019). Pelaksanaan Konseling Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kota Banda Aceh. *Idea Nursing Journal*, X(3), 22-29.
- Bps. (2021). *Prevalensi Anemia Pada Ibu Hamil, 2013-2018*. <https://www.bps.go.id/Id/Statistics-Table/2/Mtmzmymy/Prevalensi-Anemia-Pada-Ibu-Hamil.html>
- Darmawati, D., Tahlil, T., Siregar, T. N., Kamil, H., Fithria, F., &

- Audina, M. (2018). Antenatal Care And Iron Deficiency Anemia Among Pregnant Women. *Proceeding Of Aic: Health And Life Sciences*, 8(1).
- Dafris, S., & Ariestia, M. (2022). Konseling Prenatal: Promosi Kesehatan Melalui Video Untuk Pencegahan Anemia Selama Pandemi Covid-19 Di Puskesmas Wilayah Padang Selatan. *Pd Abkin Jatim Open Journal System*, 2(2), 77-83.
- Erowati, D., Yolahumaroh, & Marlina, Y. (2023). Pengaruh Video Edukasi Tablet Tambah Darah Dan Gizi Nutrition To Increase Knowledge , Adherence , And. 9(April), 542-548.
- Farhan, K., & Dhanny, D. R. (2021). Anemia Ibu Hamil Dan Efeknya Pada Bayi. *Muhammadiyah Journal Of Midwifery*, 2(1), 27. <https://doi.org/10.24853/Myj.m.2.1.27-33>
- Kementrian Kesehatan Ri. (2023). Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Dan Remaja Putri. In *Ieee Sensors Journal* (Vol. 5, Nomor 4). <http://dx.doi.org/10.1016/j.snb.2010.05.051>
- Lailiyah, N., Widyastuti, W., & Isyti'aroh, I. (2022). A Health Education About Anemia Diet To Increase The Knowledge Of Pregnant Women With Anemia. *The 16th University Research Colloquium 2022*, 692-697.
- Lestari, C. R., & Saputro, A. A. (2022). Hubungan Lingkar Lengan Atas (Lila) Dan Kadar Hemoglobin Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester Iii. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3(3), 384-395.S
- Lumbanraja, N., & Ikhssani, A. (2021). Maternal Iron Deficiency And Its Effects On The Fetus And Infant. *Journal Of Maternal And Child Health Sciences (Jmchs)*, 1(2), 57-63. <https://doi.org/10.36086/Maternalandchild.V1i2.1041>
- Maratun, V. U., Surjoputro, A., & Musthofa, S. B. (2023). Pengembangan Media Motion Video Education (Mve) Untuk Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Anemia Di Kelas Ibu Hamil Di Kabupaten Brebes. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health And Science Community*, 8(1), 14-24. <https://doi.org/10.35971/Gojhes.V8i1.21390>
- Putri, P., Purnama Eka Sari, W. I., & Andini, I. F. (2023). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Journal Of Midwifery*, 11(2), 280-288. <https://doi.org/10.37676/Jm.V11i2.5115>
- Putri, S., Irmayani, I., & Suwanti, S. (2022). Pengaruh Edukasi Pada Ibu Hamil Anemia Melalui Wag (Whatsapp Group) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin. *Bima Nursing Journal*, 4(1), 01-07.
- Rahmawati Eka, & Silaban, T. D. S. (2021). Pengaruh Media Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Anemia. *Journal Of Midwifery Science*, 1(1), 1-10.
- Rohani, Rena Astuti, & Veradilla. (2023). Pengaruh Pemberian Konseling Dengan Media Video Dan Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Konsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil Anemia. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 13(26), 137-147. <https://doi.org/10.52047/Jkp.V13i26.240>
- Rohmatika, D., Apriani, A., & Ernawati, E. (2023). Pengaruh Edukasi Dengan Vidio Animasi Dedimia (Deteksi Dini Anemia)

- Terhadap Upaya Pencegahan Anemia Kehamilan. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 14(2), 114-119. <https://Jurnal.Ukh.Ac.Id/Index.php/Jk/Article/View/1090>
- Safitri, S. (2020). Pendidikan Kesehatan Tentang Anemia Kepada Ibu Hamil. *Jurnal Abdimas Kesehatan (Jak)*, 2(2), 94. <https://doi.org/10.36565/Jak.V2i2.88>
- Sinaga, R. J., & Hasanah, N. (2019). Determinan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Tunggakjati Kecamatan Karawang Barat Tahun 2019. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (Jukmas)*, 3(2), 179-192.
- Satriani & Ratnawati. (2022). Edukasi Dan Suplementasi Tablet Fe Meningkatkan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia. *Husada Mahakam: Jurnal Kesehatan*, 12(2), 178-189.
- Sulastijah, S., Sumarni, D. W., & Helmyati, S. (2015). Pengaruh Pendidikan Gizi Dalam Upaya Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Zat Besi Melalui Kelas Ibu Hamil. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 12(2), 79-87.