

SAE (Healthy and Anemia-Free) Youth Ambassador Training as an Anemia Prevention Effort in Schools

Desi Rusmiati^{1*}, Dwi Wahyuni², Petrus Geroda Beda Ama³

¹ Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad Husni Thamrin
^{2,3} Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad Husni Thamrin

Correspondence author: Desi Rusmiati, desirusmiati85@gmail.com
DOI: <https://doi.org/10.37012/jpkmht.v7i2.2781>

Abstract

According to the Ministry of Health of the Republic of Indonesia (Kemenkes RI), adolescence is a transitional period from childhood to adulthood, spanning the ages of 10 to before the age of 18. According to the Central Statistics Agency (BPS), the number of adolescent girls in Indonesia will reach more than 22 million in 2023 (BPS, 2023). Anemia is a common nutritional problem among adolescent girls and negatively impacts academic achievement, productivity, and reproductive health in the future. This community service activity aims to increase adolescent knowledge and awareness through SAE Ambassador training (Healthy Anemia Free) as a school-based anemia prevention strategy. The method used includes the selection and training of ten students from Semesta Vocational High School in Cimanggis District, Depok City with educational materials on anemia, health communication, and peer counseling skills. The training was conducted on February 8, 2025, followed by implementation activities in the form of counseling and peer counseling on February 15, 2025, and monitoring of iron tablet consumption for one month until March 15, 2025. The results showed that the SAE Ambassadors were able to effectively carry out their roles as educators and peer counselors, demonstrated by increased knowledge and awareness among the target group. The program also encouraged active student involvement in health promotion. It is recommended that the SAE Ambassador program receive continued support from schools and community health centers, and be replicated in other schools as a sustainable educational approach to anemia prevention in adolescents.

Keywords: Iron Deficiency Anemia, Adolescents, SAE Ambassador, Health Education, Anemia Prevention

Abstrak

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dengan rentang usia 10 tahun sampai sebelum usia 18 tahun. Jumlah remaja putri di Indonesia menurut Badan Pusat Statistik (BPS) mencapai lebih dari 22 juta orang pada tahun 2023 (BPS, 2023). Anemia merupakan masalah gizi yang umum terjadi pada remaja putri dan berdampak negatif terhadap prestasi belajar, produktivitas, serta kesehatan reproduksi di masa depan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja melalui pelatihan Duta SAE (Sehat Bebas Anemia) sebagai strategi pencegahan anemia berbasis sekolah. Metode yang digunakan mencakup seleksi dan pelatihan siswa SMK Semesta kecamatan Cimanggis, kota Depok sebanyak sepuluh orang dengan materi edukasi tentang anemia, komunikasi kesehatan, dan keterampilan konseling sebaya. Pelatihan dilakukan pada 8 Februari 2025, dilanjutkan dengan kegiatan implementasi berupa penyuluhan dan konseling sebaya pada 15 Februari 2025 serta pemantauan konsumsi tablet zat besi selama satu bulan hingga 15 Maret 2025. Hasil menunjukkan bahwa para Duta SAE mampu melaksanakan perannya sebagai edukator dan konselor sebaya secara efektif, yang ditunjukkan melalui peningkatan pengetahuan dan kesadaran pada kelompok sasaran. Program ini juga mendorong keterlibatan aktif siswa dalam promosi kesehatan. Disarankan agar program Duta SAE mendapatkan dukungan berkelanjutan dari sekolah dan puskesmas, serta direplikasi di sekolah lain sebagai pendekatan edukatif yang berkelanjutan untuk pencegahan anemia pada remaja.

Kata kunci: Anemia Defisiensi Besi, Remaja, Duta SAE, Pendidikan Kesehatan, Pencegahan Anemia

PENDAHULUAN

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dengan rentang usia 10 tahun sampai sebelum usia 18 tahun. Jumlah remaja putri di Indonesia menurut Badan Pusat Statistik (BPS) mencapai lebih dari 22 juta orang pada tahun 2023 (BPS, 2023). Sebagai generasi penerus bangsa, remaja memiliki peran yang sangat penting sebab mereka kelak akan menjadi pemimpin dan membawa bangsa Indonesia ke arah yang lebih baik. Sehingga diharapkan remaja memiliki kesehatan yang prima serta semangat berkarya yang tinggi. Namun saat ini remaja di Indonesia dihadapkan pada tiga masalah gizi seperti kekurangan gizi, kelebihan berat badan dan kekurangan zat gizi mikro seperti anemia defisiensi besi (Rah et al., 2021). Anemia adalah suatu keadaan tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah dibanding nilai normal yaitu kurang dari 12g/dl, dengan kata lain penyakit ini disebabkan oleh kurangnya zat besi dalam tubuh penderita (Bening & Margawati, 2014). Anemia merupakan masalah gizi yang lebih banyak terjadi pada remaja putri, berdasarkan laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 prevalensinya adalah 15,5% (Kemenkes RI, 2023). Hal ini bisa dipahami sebab remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan yang membuatnya kehilangan darah, sehingga menstruasi menjadi salah satu penyebab kelompok remaja putri lebih banyak mengalami anemia (Jayanti & Novananda, 2017). Selain itu pola makan, aktivitas fisik, persepsi terhadap body image, serta trend jajanan kekinian juga berpengaruh terhadap masalah gizi seperti anemia (Doloksaribu & Damanik, 2021). Tanda gejala anemia diantaranya adalah cepat lelah, lemah, sesak nafas, pucat, pusing, sakit kepala, jantung berdebar-debar, tangan terasa dingin dan nyeri dada (WHO, 2019). Dampak negatif anemia pada remaja diantaranya remaja akan mudah sakit sebab kekebalan tubuhnya yang menurun, kondisi anemia juga menyebabkan asupan oksigen otak berkurang akibatnya remaja yang mengalami anemia akan mengalami gangguan konsentrasi belajar yang akhirnya dapat menurunkan prestasi belajarnya di sekolah. Terlebih bagi remaja putri, kondisi anemia saat remaja akan berlanjut hingga saat menjadi ibu hamil dan beresiko melahirkan bayi premature maupun bayi dengan berat badan lahir rendah (Dirjen Kesmas, Kemenkes RI, 2023).

Dengan demikian anemia pada remaja putri menjadi salah satu masalah kesehatan yang harus mendapat perhatian serius. Salah satu upaya yang efektif dalam pencegahan dan penanganan anemia adalah dengan pendidikan kesehatan gizi remaja diantaranya mengenai pola makan, aktivitas fisik, kebiasaan jajanan dan konsumsi tablet Fe untuk mencegah anemia (Tonasih et.al, 2019). Pendidikan kesehatan adalah proses perubahan perilaku hidup sehat <https://journal.thamrin.ac.id/index.php/JPKMHThamrin/article/view/2781/2522>

yang didasari atas kesadaran diri baik itu di dalam individu, kelompok ataupun masyarakat untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan (Noerfitri et.al, 2024). Keluarga terutama orang tua adalah lingkungan pertama yang berperan dalam memberikan pendidikan kesehatan bagi remaja termasuk tentang pencegahan anemia, tetapi tidak semua orang tua memahami bagaimana mencegah dan menangani anemia dengan benar. Sehingga pendidikan kesehatan dapat dilakukan di sekolah.

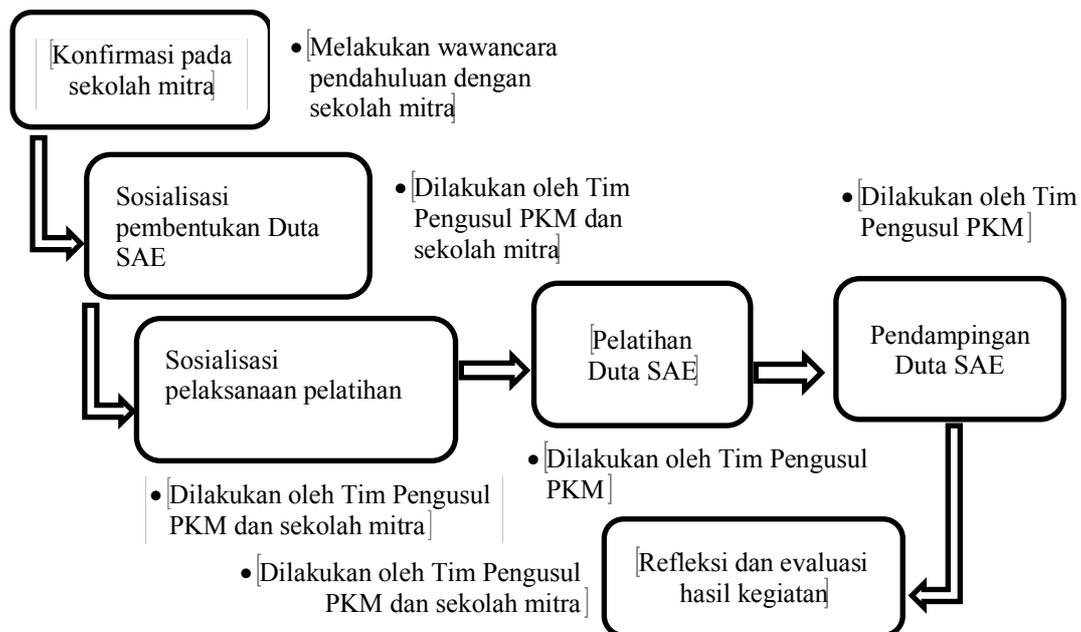
SMK Semesta, sebagai salah satu institusi pendidikan menengah kejuruan di wilayah Depok berada di daerah yang rentan terhadap permasalahan gizi dan kesehatan. Hal ini berdasarkan fakta umum bahwa beberapa wilayah perkotaan, termasuk Depok, memiliki tantangan terkait kesehatan remaja, seperti anemia, karena pola makan yang kurang optimal atau gaya hidup yang sibuk. Mengadakan program pelatihan Duta SAE (Sehat Bebas Anemia) di SMK ini sangatlah relevan dan penting. Remaja SMK Semesta berada pada usia rentan terhadap anemia, terutama pelajar perempuan yang mengalami menstruasi dan membutuhkan asupan zat besi lebih tinggi. Kurangnya edukasi dan pemahaman tentang pencegahan anemia di kalangan remaja dapat memperburuk situasi, sehingga dibutuhkan duta yang mampu memberikan edukasi sekaligus menjadi teladan bagi teman sebayanya.

Program pelatihan Duta SAE sebagai upaya memperkuat program kampung SAE yang telah dicanangkan oleh Pemerintah Kota Depok dalam mengatasi anemia khususnya di kalangan remaja diharapkan dapat memberdayakan siswa menjadi agen perubahan yang tidak hanya memahami pentingnya mencegah anemia, tetapi juga mampu berbagi informasi serta melakukan deteksi dini di kalangan teman-temannya baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan rumah. Dengan demikian, sekolah dapat membangun lingkungan yang lebih peduli kesehatan, khususnya dalam pencegahan anemia.

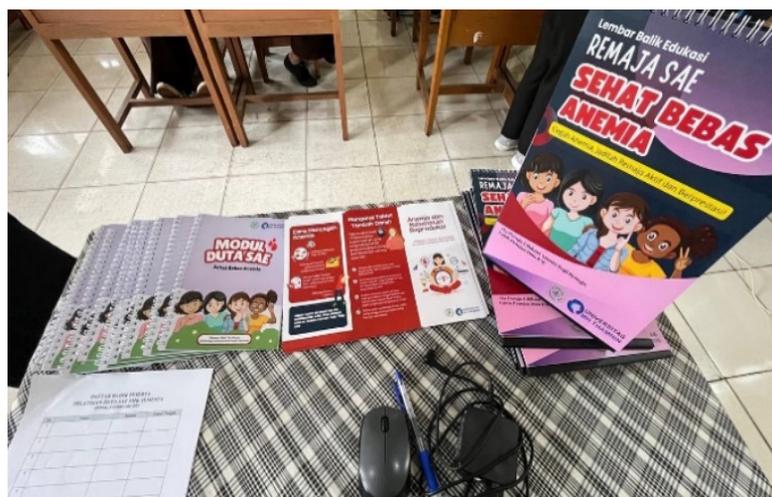
SMK Semesta berkomitmen untuk mencetak generasi muda yang berkualitas dan siap terjun ke dunia kerja, sehingga diperlukan upaya untuk meningkatkan kesehatan siswa diantaranya adalah bebas dari anemia. Melalui penanaman nilai kesehatan yang berkelanjutan melalui kaderisasi ini diharapkan dapat meningkatkan kesehatan siswa khususnya di lingkungan SMK Semesta. Dengan alasan-alasan tersebut, kegiatan pelatihan Duta SAE di SMK Semesta diharapkan dapat memberikan dampak positif yang signifikan terhadap penurunan kasus anemia di kalangan siswa, meningkatkan kepedulian kesehatan di sekolah, serta menciptakan lingkungan belajar yang lebih sehat dan produktif.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui tiga tahapan utama, yakni tahap persiapan, pelaksanaan, dan pendampingan. Pada tahap persiapan, dilakukan advokasi kepada Dinas Kesehatan Kota Depok dan Puskesmas Kecamatan Cimanggis untuk memperoleh dukungan serta menentukan sasaran kegiatan yang sesuai. Selanjutnya, dilakukan survei dan wawancara dengan pihak sekolah mitra guna mengidentifikasi permasalahan yang ada, menyusun jadwal kegiatan, serta memilih calon peserta pelatihan Duta SAE. Tim pengusul juga menyiapkan berbagai kebutuhan teknis seperti modul pelatihan, borang rencana kerja, serta media edukasi berupa poster, pamflet, buku cerita bergambar, dan video pembelajaran. Tahap pelaksanaan diawali dengan sosialisasi pembentukan kader peduli anemia kepada siswi SMK Semesta, diikuti proses seleksi untuk menentukan sepuluh siswa terpilih sebagai Duta SAE. Para peserta kemudian mengikuti pelatihan yang mencakup deklarasi, penyusunan program kerja, serta peningkatan pengetahuan mengenai anemia dan keterampilan edukasi sebaya. Tahap terakhir adalah pendampingan, di mana para Duta SAE melaksanakan pendidikan kesehatan kepada teman sebaya menggunakan berbagai media komunikasi visual, dengan supervisi dari tim pengabdian sebagai bentuk evaluasi terhadap kemampuan peserta dalam menyampaikan edukasi serta efektivitas pelatihan yang telah diberikan. Berikut ini adalah diagram langkah-langkah pelaksanaan PKM :



Gambar 1. Langkah-Langkah Pelaksanaan PKM



Gambar 2. Persiapan Media Pelatihan



Gambar 3. Pelatihan duta SAE dan Roleplay



Gambar 4. Pelantikan duta SAE



Gambar 5. Pendampingan peer education oleh duta SAE

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menyasar remaja putri kelas X di SMK Semesta, Depok, sebanyak 10 orang. Pelatihan dilaksanakan dalam dua sesi pada tanggal 8 dan 15 Februari 2025. Sebelum pelatihan dimulai, tim pelaksana melakukan koordinasi dengan Dinas Kesehatan Kota Depok, Puskesmas Kecamatan Cimanggis, serta pihak sekolah untuk memperoleh izin dan dukungan pelaksanaan kegiatan. Instrumen pelatihan disiapkan meliputi modul, media edukasi (poster, leaflet, dan lembar balik), serta alat ukur status gizi dan kadar hemoglobin (Hb).

Pada sesi pelatihan pertama, peserta memperoleh materi mengenai anemia remaja, termasuk penyebab, dampak, dan strategi pencegahannya. Peserta juga dibekali keterampilan konseling sebaya, teknik penyuluhan, pengukuran status gizi, serta simulasi pemeriksaan kadar Hb menggunakan alat digital. Metode pelatihan dilakukan secara partisipatif melalui role play dan diskusi kelompok, serta dilengkapi dengan modul sebagai panduan. Pada akhir sesi pertama, seluruh peserta dilantik sebagai Duta SAE dan menerima atribut serta perlengkapan edukasi.

Sesi kedua difokuskan pada pelaksanaan peer education oleh para Duta SAE kepada teman sebaya sebanyak 23 orang. Sebagai bentuk evaluasi, dilakukan pre-test dan post-test menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah mendapatkan edukasi. Hasil evaluasi disajikan pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Rata-Rata Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Peer Education

| Pengetahuan | Mean | SD | Min - Max | 95% CI |
|---------------------------|------|-----|-----------|-----------|
| Sebelum peer education | 6,9 | 1,3 | 4 - 9 | 6,3 – 7,5 |
| Setelah peer education | 8,7 | 1,1 | 6 - 10 | 8,0 – 9,2 |

Berdasarkan Tabel 1, terlihat bahwa terjadi peningkatan skor rata-rata pengetahuan dari 6,9 (SD = 1,3) menjadi 8,7 (SD = 1,1) setelah dilakukan edukasi oleh Duta SAE. Skor minimum meningkat dari 4 menjadi 6, sedangkan skor maksimum meningkat dari 9 menjadi 10. Peningkatan ini menunjukkan bahwa edukasi sebaya yang dilakukan oleh Duta SAE secara signifikan mampu meningkatkan pengetahuan siswa tentang anemia remaja. Temuan ini menguatkan pendekatan peer education sebagai strategi efektif dalam promosi kesehatan remaja, mengingat komunikasi antar teman sebaya sering kali lebih diterima dan relevan dibanding edukasi formal dari tenaga kesehatan. Keterlibatan remaja sebagai agen edukasi juga terbukti meningkatkan rasa percaya diri dan kepedulian terhadap isu kesehatan di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, program pelatihan dan pendampingan Duta SAE layak untuk direplikasi sebagai model pemberdayaan remaja dalam upaya pencegahan anemia berbasis sekolah.

Pendekatan ini memberikan manfaat timbal balik yang substansial bagi pendidik sebaya. Keterlibatan aktif mereka dalam proses edukasi kesehatan menjadi wahana pembelajaran kontekstual yang memperkaya berbagai soft skills penting. Mereka tidak hanya memperdalam pemahaman tentang anemia dan kesehatan remaja, tetapi juga berlatih menyampaikan informasi secara sistematis, persuasif, dan empatik kepada teman sebaya. Pengalaman ini secara langsung mengasah keterampilan komunikasi interpersonal, kemampuan presentasi, serta strategi penyampaian pesan yang efektif juga kompetensi yang esensial dalam pendidikan dan kepemimpinan sosial.

Keikutsertaan remaja sebagai pendidik sebaya juga terbukti meningkatkan rasa percaya diri, karena mereka diberi ruang untuk tampil, berpendapat, dan memimpin. Dampak ini mendukung pembentukan identitas diri dan konsep diri positif, aspek yang krusial dalam perkembangan psikososial remaja.

Dari perspektif pemberdayaan remaja (*youth empowerment*), program seperti Duta SAE menggeser posisi remaja dari sekadar objek intervensi menjadi subjek aktif yang mampu berkontribusi dalam pemecahan masalah kesehatan di komunitasnya. Dalam model ini, remaja bertindak sebagai *co-educator* sekaligus *role model* positif bagi teman sebayanya.

Peran ganda ini memperkuat gagasan bahwa intervensi kesehatan cenderung lebih efektif bila melibatkan aktor internal dari kelompok sasaran itu sendiri.

Manfaat lain tampak pada penguatan jejaring sosial antar siswa. Melalui program ini, pendidik sebaya membangun hubungan yang lebih erat, membuka ruang dialog sehat, dan menyediakan dukungan sosial berkelanjutan yang semuanya penting untuk memfasilitasi perubahan perilaku kesehatan. Teori dukungan sosial (*social support theory*) menegaskan bahwa dukungan emosional, informasional, dan instrumental dari lingkungan sebaya dapat memperkuat niat dan tindakan dalam mempertahankan perilaku sehat.

Lebih jauh lagi, keterlibatan dalam program ini mendukung pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*), di mana peserta belajar melalui praktik langsung, refleksi, dan interaksi dalam konteks nyata. Prinsip ini sejalan dengan pendekatan pendidikan kesehatan kontemporer yang menekankan partisipasi, relevansi, dan pemberdayaan.

Dengan demikian, keberadaan pendidik sebaya tidak hanya meningkatkan pengetahuan kelompok sasaran, tetapi juga mengembangkan kapasitas individu dan sosial para pendidik itu sendiri. Dalam jangka panjang, model semacam ini berpotensi melahirkan generasi muda yang lebih peduli, aktif, dan siap menjadi pelopor promosi kesehatan di masyarakat.

SIMPULAN

Pelatihan Remaja Duta SAE di SMK Semesta Cimanggis, Depok, berhasil membentuk kader kesehatan remaja yang memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam menyampaikan edukasi tentang anemia melalui pendekatan edukasi sebaya (*peer education*). Pelaksanaan edukasi kepada teman sebaya sebanyak 23 orang menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta, yang tercermin dari skor rata-rata pre-test sebesar 7 menjadi 9 pada post-test. Hasil ini menunjukkan bahwa metode *peer education* efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja terhadap isu anemia dan berkontribusi dalam membentuk peran remaja sebagai agen perubahan dalam promosi kesehatan. Oleh karena itu, program edukasi sebaya ini perlu dilanjutkan secara berkelanjutan dengan dukungan penuh dari pihak sekolah, baik dalam bentuk alokasi waktu, fasilitas, maupun integrasi ke dalam program ekstrakurikuler. Diperlukan pula pelatihan lanjutan, pendampingan rutin, serta evaluasi berkala untuk memastikan efektivitas kegiatan dan memperkuat kapasitas Duta SAE. Model ini direkomendasikan untuk direplikasi di sekolah lain sebagai strategi pemberdayaan remaja dalam mendukung program kesehatan berbasis pendidikan..

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Mohammad Husni Thamrin Jakarta yang telah memberikan dukungan baik moril maupun materil kepada penulis untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui program pendanaan hibah internal perguruan tinggi. Ucapan terima kasih kami sampaikan juga kepada Dinas Kesehatan Kota Depok, Puskesmas Kec. Cimanggis Depok serta civitas akademik SMK Semesta Kec. Cimanggis Kota Depok yang telah bersedia bekerjasama menjadi mitra kerja dalam pelaksanaan kegiatan ini.

REFERENSI

- Badan Pusat Statistik. (2023). *Jumlah penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin, 2023* [Tabel statistik]. Diakses dari <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/WVc0MGEyMXBkVFUxY25KeE9HdDZkbTQzWkVkb1p6MDkjMw==/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin--2023.html>
- Bening, S., & Margawati, A. (2014). Perbedaan pengetahuan gizi, body image, asupan energi dan status gizi pada mahasiswa gizi dan non gizi Universitas Diponegoro. *Journal of Nutrition College*, 3(4), 715–722.
- Doloksaribu, L. G., & Damanik, N. A. B. (2021). Gambaran pengetahuan gizi seimbang dan asupan zat gizi siswa-siswi di SMP Negeri 2 Air Putih. *Nutrient Jurnal Gizi*, 1(2), 92–97.
- Febriani, A. Y., & Zulkarnain, Z. (2021). Anemia defisiensi besi. *Prosiding*, arsip-journal.uin-alauddin.ac.id. <https://arsip-journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb/article/view/23466>
- Jayanti, Y. D., & Novananda, N. E. (2017). Hubungan pengetahuan tentang gizi seimbang dengan status gizi pada remaja putri kelas XI Akuntansi 2 (di SMK PGRI 2 Kota Kediri). *Jurnal Kebidanan*, 6(2), 100–108.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam angka*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. (2023). *Buku saku* <https://journal.thamrin.ac.id/index.php/JPKMHThamrin/article/view/2781/2522>

pencegahan anemia pada ibu hamil dan remaja putri. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

- Larasati, D. K., Mahmudiono, T., & Atmaka, D. R. (2021). Hubungan pengetahuan dan kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia defisiensi besi: Literature review. *Media Gizi Kesmas*, repository.unair.ac.id. <https://repository.unair.ac.id/124916>
- Noerfitri, N., Rohayati, R., Sartika, A. N., Hilal, M., Dewi, F. P., Astuti, S. Z., & Rahmadhani, N. (2024). Edukasi gizi dan pembentukan peer educator remaja putri sebagai upaya meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMPN 11 Kota Bekasi. *Jurnal Abdi Insani*, 11(4), 2564–2576.
- Nugraha, P. A., & Yasa, A. A. G. W. P. (2022). Anemia defisiensi besi: Diagnosis dan tatalaksana. *Ganesha Medicina*, ejournal.undiksha.ac.id. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/GM/article/view/47015>
- Rah, J. H., Roshita, A., Suryantan, J., Parillon, Z., & Moench-Pfanner, R. (2021). The triple burden of malnutrition among adolescents in Indonesia. *Food and Nutrition Bulletin*, 42(1_suppl), S4–S8. <https://doi.org/10.1177/0379572121991085>
- Sari, P., Hilmanto, D., Herawati, D. M. D., & Dhamayanti, M. (2022). *Buku saku anemia defisiensi besi pada remaja putri*. books.google.com. https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=fPp7EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=anemia+defisiensi+besi&ots=aGneLge2Z3&sig=mpDw-2YL1_yEM1ubvzfzAx4L-IY
- Tonasih, T., Rahmatika, S. D., & Irawan, A. (2019). Efektifitas pemberian tablet tambah darah pada remaja terhadap peningkatan hemoglobin (Hb) di STIKes Muhammadiyah Cirebon. *Jurnal SMART Kebidanan*, 6(2), 106.
- Triana, A. K., Rahmawati, N., & ... (2021). Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan & pengobatan anemia defisiensi besi sebelum dan sesudah penyuluhan di PMB BD. I Kabupaten Bandung. *Zona Kebidanan*, ejurnal.univbatam.ac.id. <https://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonabidan/article/view/822>