



PENATALAKSANAAN TANDA BAHAYA KEHAMILAN DENGAN KASUS ANEMIA PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS COMORO, KECAMATAN DON – ALEIXO, KABUPATEN DILI, TIMOR LESTE

¹Isabelita Madeira Soares, ² Agustina

^{1,2}Universitas Strada Indonesia



***Corresponding author**

Isabelita Madeira Soares

Email : belitamadresgmail.com

HP: +670 77901232

Kata Kunci:

Tanda Dan Gejala Anemi;
Deteksi Dini;
Tanda Bahaya Kehamilan;
Ibu Hamil;
Edukasi;

Keywords:

*Signs and Symptoms of Anemia;
Early Detection;
Danger Signs of Pregnancy;
Pregnant mother;
Education;*

ABSTRAK

Angka kematian ibu dan anak masih menjadi prioritas dalam bidang Kesehatan khususnya di Timor Leste. Data dari Kementrian Kesehatan Timor Leste Mortality Maternal sebanyak 18 ibu dan komplikasi pada bu hamil seperti perdarahan sebanyak 352 orang 1,0 %, Eklamsy sebanyak 293 orang 0,8 %, Obstructed Labor (Partus lama) sebanyak 592 orang, 1,6 % , Abortus sebanyak 2371 orang 48 %, Sepsis Puerperium 86 orang 0,2 % dan seksio tercatat 1650 (75 %).Tanda-tanda bahaya kehamilan adalah tanda-tanda yang mengindikasikan adanya bahaya yang dapat terjadi selama kehamilan atau periode antenatal, yang apabila tidak terdeteksi bisa menyebabkan kematian ibu.Penelitian ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai tanda bahaya kehamilan,khususnya anemia pada ibu hamil. Program ini dilaksanakan di Puskesmas Comoro, Dili, Timor Leste, dengan metode edukasi kelompok dan bimbingan langsung mengenai deteksi dini tanda bahaya kehamilan. Hasil dari program pengabdian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai deteksi dini tanda bahaya kehamilan,manfaat minum tablet penambah darah, dan mengelola anemia sekaligus meningkatkan kemampuan mereka dalam memanfaatkan sarana kesehatan untuk konsultasi. Dengan edukasi yang komprehensif dan diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan dan pengurangan risiko komplikasi kehamilan pada ibu hamil di wilayah tersebut.

ABSTRACT

Maternal and child mortality is still a priority in the health sector, especially in Timor Leste. Data from the Ministry of Health of Timor Leste Maternal Mortality was 18 mothers and complications in pregnant women such as bleeding 352 people 1.0%, Eclampsy 293 people



0.8%, Obstructed Labor (long Partus) 592 people, 1.6%, Abortion 2371 people 48%, Sepsis Puerperium 86 people 0.2% and cesarean section recorded 1650 (75%). Pregnancy danger signs are signs that indicate a danger that can occur during pregnancy or the antenatal period, which if undetected can lead to maternal death. This study aims to provide education about pregnancy danger signs, especially anemia in pregnant women. This program was carried out at the Comoro Health Center, Dili, Timor Leste, using group education methods and direct guidance on early detection of pregnancy danger signs. The results of this service program are expected to increase the knowledge of pregnant women about early detection of pregnancy danger signs, the benefits of taking blood enhancement tablets, and managing anemia while increasing their ability to use health facilities for consultation. With comprehensive education, it is expected that there will be an increase in knowledge and a reduction in the risk of pregnancy complications among pregnant women in the area.

PENDAHULUAN

Angka kematian ibu dan anak masih menjadi prioritas dalam bidang Kesehatan khususnya di Timor Leste. Data dari Kementrian Kesehatan Timor Leste (Periode Januari-Desember 2022) Mortalitate Maternal sebanyak 18 ibu dan komplikasi pada ibu hamil seperti perdarahan sebanyak 352 orang 1,0 %, Eklamsy sebanyak 293 orang 0,8 %, Obstructed Labor (Partus lama) sebanyak 592 orang, 1,6 % , Abortus sebanyak 2371 orang 48 %, Sepsis Puerperium 86 orang 0,2 % dan seksio tercatat 1650 (75 %). (MdS, 2022)

Kehamilan terjadi dikarenakan fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum yang dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi yang berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 9 bulan. Masa Kehamilan adalah suatu masa yang dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin, lamanya hamil normal adalah 280 hari (9 bulan 7 hari, atau 40 minggu) dihitung dari hasil pertama haid terakhir. (Eka, C M, Karunia, Mustikarani I., 2021)

Menurut World Health Organization (WHO) Angka kematian ibu (AKI) masih sangat tinggi, sekitar 810 wanita meninggal akibat komplikasi terkait kehamilan atau persalinan di seluruh dunia setiap hari, dan sekitar 295 000 wanita meninggal selama dan setelah kehamilan dan persalinan. Angka kematian ibu di negara berkembang mencapai 462/100.000 kelahiran hidup. Sedangkan di negara maju sebesar 11/100.000 kelahiran hidup (Deby Meitia Sandy1, 2022)

World Health Organization mencatat Angka Kematian Ibu (AKI) adalah jumlah kematian ibu yang disebabkan oleh proses kehamilan, persalinan, dan pasca persalinan yang dijadikan sebagai indikator utama dalam derajat kesehatan perempuan atau keberhasilan program kesehatan ibu. Angka Kematian Ibu (AKI) termasuk dalam target pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs) nomor tiga yaitu kehidupan sehat dan sejahtera. Program yang diusung untuk mewujudkan

SDGs dalam bidang kesehatan adalah program Indonesia sehat, salah satu targetnya adalah mengurangi rasio angka kematian ibu hingga kurang dari 70 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2030 (DIY, 2021)

Data dari Maternal Mortality Estimation Inter-Agency Group (MMEIG) dalam Maternal Mortality Ratio tercatat angka kematian ibu (AKI) di Indonesia pada tahun 2017 diperkirakan 117 per 100.000 kelahiran hidup. Penyebab utama kematian ibu yang paling umum adalah penyebab obstetri langsung yaitu perdarahan, preeklampsia/eklampsia, infeksi, sedangkan penyebab tidak langsung adalah trauma obstetrik dan lain-lainnya (WHO, 2017)

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap tingginya angka kematian ibu adalah pengetahuan. Pengetahuan merupakan salah satu faktor predisposisi yang penting untuk perilaku kesehatan. Apabila seorang ibu hamil memiliki pengetahuan lebih tentang tanda bahaya pada kehamilan maka kemungkinan besar ibu akan berpikir untuk mencegah, menghindari atau mengatasi masalah yang mungkin terjadi, serta ibu hamil memiliki kesadaran untuk memeriksakan kehamilannya sehingga apabila terjadi suatu tanda bahaya pada kehamilan dapat ditangani secara dini dan tepat oleh tenaga kesehatan. Hal tersebut dimaksudkan agar dapat membantu menurunkan angka kematian ibu yang cukup tinggi

Berdasarkan penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Azizah Nur Hikmah di Puskesmas Gamping II pada tahun 2021 tentang pengetahuan tanda bahaya kehamilan, menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 20- 35 tahun, dengan pendidikan terakhir mayoritas SMA dan merupakan ibu hamil dengan riwayat kehamilan lebih dari satu. Sebagian besar responden mempunyai pengetahuan baik tentang tanda bahaya kehamilan (87%). Dari penelitian Azizah Nur Hikmah tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Gamping II tentang tanda bahaya kehamilan memiliki tingkat pengetahuan kategori baik. Berdasarkan hasil penelitian diatas maka dapat disimpulkan bahwa sangat penting ibu hamil harus mengetahui tanda bahaya kehamilan melalui ante natal care, dimana peran bidang sangat penting untuk memberikan semua informasi yang berkaitan dengan kehamilan normal maupun tanda bahaya kehamilan untuk mencegah kematian ibu dan anak.

Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah pemberian edukasi terkait tanda bahaya kehamilan. Tanda bahaya kehamilan adalah tanda-tanda yang mengindikasikan adanya bahaya yang dapat terjadi selama kehamilan atau periode antenatal, yang apabila tidak dilaporkan atau tidak terdeteksi bisa menyebabkan kematian ibu. Pada masa kehamilan memungkinkan untuk ibu hamil mengalami beberapa perubahan dan keluhan pada tubuh. Terdapat beberapa keadaan tertentu yang perlu ibu hamil waspadai yang harus diketahui oleh ibu hamil sebagai tanda bahaya pada masa kehamilan. (Eka,C M, Karunia, Mustikarani I., 2021)

Tanda-tanda bahaya kehamilan adalah tanda-tanda yang mengindikasikan adanya bahaya yang dapat terjadi selama kehamilan atau periode antenatal, yang apabila tidak terdeteksi bisa menyebabkan kematian ibu. (Kinanti Aprilia*, 2020)

Macam-macam tanda bahaya kehamilan diantaranya: perdarahan per vaginam, sakit kepala yang hebat, masalah penglihatan, bengkak pada muka dan tangan, nyeri perut yang hebat, gerakan janin berkurang atau menghilang, demam, mual muntah yang berlebihan, keluar cairan banyak per vaginam secara tiba-tiba (keluar air ketuban sebelum waktunya). Tanda-tanda bahaya kehamilan ini telah

tercantum dalam Buku Kesehatan Ibu dan Anak. Ibu hamil yang mengalami tanda-tanda bahaya kehamilan harus segera menemui tenaga kesehatan terdekat. Jika tenaga kesehatan yang ditemui adalah bidan, ibu hamil akan mendapat penanganan kegawatdaruratan dan segera dirujuk ke rumah sakit untuk penanganan lebih lanjut (Kinanti Aprilia*, 2020)

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Widyastuti, Deny Eka dan Hapsari (2018) didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan tingkat pengetahuan ibu mengenai tanda bahaya kehamilan dengan menggunakan metode buku saku dibandingkan dengan metode ceramah. Hal tersebut dikarenakan buku saku mempunyai ukuran yang kecil, ringan dan bisa disimpan di saku. Buku saku merupakan media singkat yang memberi informasi mengenai suatu hal tertentu dan mudah dibawa. Walaupun buku saku berukuran kecil namun penuh dengan berbagai informasi sehingga akan menarik untuk dipelajari maupun dibaca. (Eka, C M, Karunia, Mustikarani I., 2021)

Salah satu upaya percepatan penurunan angka kematian ibu dan anak (AKI) adalah pelayanan antenatal. Pengawasan antenatal merupakan cara untuk mendukung kesehatan ibu hamil, dan dapat mendeteksi secara dini tanda bahaya pada kehamilan. Peran bidan pada saat pelayanan antenatal adalah melakukan promosi Kesehatan dengan pendekatan partisipatif ibu hamil tentang tanda bahaya kehamilan, dengan adanya promosi kesehatan diharapkan akan mempengaruhi masyarakat, baik individu maupun kelompok untuk berperilaku hidup sehat, dengan memanfaatkan fasilitas kesehatan. (Kinanti Aprilia*, 2020)

Pengawasan antenatal adalah pemeriksaan kehamilan untuk mengoptimalkan kesehatan mental dan fisik ibu hamil sehingga mampu menghadapi persalinan, masa nifas, persiapan laktasi dan kembalinya kesehatan reproduksi. Antenatal Care bertujuan Memantau kemajuan kehamilan untuk memastikan kesehatan ibu dan tumbuh kembang bayi. Setiap kehamilan dapat berkembang menjadi masalah atau komplikasi setiap saat. Oleh karena itu ibu hamil memerlukan pemantauan selama kehamilannya. (Andera, 2022)

Peran dan fungsi bidan, sangat penting dalam pelayanan kebidanan, namun sebelum menjelaskan tentang peran dan fungsi bidan terlebih dahulu harus dipahami tentang pengertian bidan. Menurut International Confederation of midwifery (ICM) Bidan adalah seorang yang telah mengikuti program Pendidikan bidan yang diakui dinegaranya, telah lulus dari Pendidikan tersebut, serta memenuhi kualifikasi untuk didaftar (register) dan atau memiliki ijin yang sah (license) untuk melakukan praktek kehamilan (Azizah N, 2022)

METODE PELAKSANAAN

Program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan metode edukasi yang melibatkan ibu hamil yang menderita anemia ringan di Puskesmas Comoro, Dili, Timor Lesteng. Metode pelaksanaan dibagi menjadi beberapa tahap sebagai berikut:

➤ Tahap Persiapan

Survei dan Penilaian Awal: Dilakukan survei awal kepada ibu hamil dengan anemia ringan di Puskesmas Comoro untuk mengetahui kondisi awal kadar hemoglobin, serta tingkat pemahaman mereka mengenai deteksi dini tanda bahaya

pada kehamilan, Survei ini meliputi wawancara. Penyusunan Materi Edukasi: Tim pelaksana menyusun modul edukasi yang mencakup pengenalan Pengertian anemia bagi ibu hamil, penyebab anemia pada ibu hamil, tanda dan gejala anemia pada ibu hamil, akibat anemia pada ibu hamil, sumber makanan yang banyak mengandung zat besi dan asam folat, cara mengatasi anemia pada ibu hamil

➤ Tahap Pelaksanaan Edukasi

Promosi kesehatan pada ibu hamil dapat dilakukan dengan ceramah dan tanya jawab serta dilakukan diskusi. Media dan Alat Peraga, Lembar balik leaflet, Alat-alat peraga asli atau tiruan makanan yang banyak mengandung zat besi dan asam folat

➤ Tahap Orientasi selama 5 menit sebagai tahap awal interaksi

Perkenalan, menyampaikan kontrak waktu, menyampaikan tujuan Pendidikan kesehatan

Menyampaikan topik – topik penyuluhan, tahap pelaksanaan selama 40 menit

Menyampaikan materi tentang, pengertian anemia, penyebab anemia, Memberikan kesempatan kepada peserta untuk menanyakan hal – hal yang tidak jelas. Klarifikasi hal – hal tersebut pada peserta apakah mengalami hal tersebut. berikan respon positif, pujian jika peserta dapat bertanya atau menjawab pertanyaan dengan benar. menyampaikan materi tentang tanda dan gejala anemia dan akibat anemia pada ibu hamil, memberikan kesempatan kepada peserta untuk menanyakan hal – hal yang tidak jelas, klarifikasi hal – hal tersebut pada peserta apakah mengalami hal tersebut, berikan respon positif, pujian jika peserta dapat bertanya atau menjawab pertanyaan dengan benar

Evaluasi dan Penutup

➤ Tahap penyelesaian selama 15 menit

Menyimpulkan isi pokok materi promkes yang telah disampaikan, Melakukan evaluasi kepada peserta sesuai tujuan promkes, tindak lanjut dengan memberikan kepada peserta untuk melakukan saran-saran yang harus diperhatikan sesuai dengan materi yang disampaikan Terminasi, penutup, memberikan salam atau melakukan kontrak baru untuk pertemuan selanjutnya.

➤ Evaluasi

Apa pengertian dari anemia, Sebutkan penyebab anemia, apa tanda dan gejala anemia, apa akibat anemia, sebutkan sumber-sumber makanan yang banyak mengandung zat besi, bagaimana cara mengatasi anemia pada ibu hamil.

HASIL PEMBAHASAN

Program pengabdian masyarakat yang berjudul "Deteksi dini tanda bahaya kehamilan bagi ibu hamil dengan anemia pada ibu hamil, di Puskesmas Comoro, Dili Timor Leste. dilaksanakan dengan tujuan memberikan edukasi kepada ibu bagaimana untuk mendeteksi tanda dan gejala anemia ringan, penyebab anemia manfaat minum tablet penambah darah, sumber makanan yang mengandung zat besi, cara pencegahan anemia.

➤ Hasil Program

- Peningkatan Pemahaman Mengenai Deteksi Dini tanda dan Gejala anemia ringan

Hasil dari program menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pemahaman ibu hamil mengenai deteksi dini tanda bahaya kehamilan khususnya anemia ringan. Sebelum intervensi, mayoritas ibu hamil (40%) mengaku tidak mengetahui atau hanya memiliki pemahaman terbatas tentang deteksi dini tanda bahaya kehamilan khususnya tanda dan gejala anemia ringan.. Setelah sesi edukasi, survei pasca-edukasi menunjukkan bahwa 90% dari peserta mampu menjelaskan mendeteksi tanda dan gejala anemia ringan, penyebab anemia manfaat minum tablet penambah darah, sumber makanan yang mengandung zat besi, cara pencegahan anemia.

- Feedback Pasien

Umpan balik dari pasien menunjukkan bahwa 90% dari peserta merasa puas dengan program ini. Mereka menyatakan bahwa edukasi yang diberikan mudah dipahami. Sebagian besar ibu hamil juga merasa lebih termotivasi untuk menerapkan gaya hidup sehat setelah memahami manfaat dan pentingnya mendeteksi tanda bahaya kehamilan.

➤ Pembahasan

Hasil dari program ini menunjukkan bahwa metode dalam pemberian edukasi, apabila dipahami dan diterapkan dengan benar, dapat membantu ibu hamil untuk mendeteksi tanda bahaya kehamilan khususnya tanda dan gejala anemia selama masa kehamilan, untuk dapat mengatasi komplikasi pada ibu dan bayi.

Dengan adanya edukasi ini sangat membantu ibu hamil untuk mendekatkan diri tanda bahaya kehamilan khususnya tanda dan gejala anemia akan segera berkonsultasi ke puskesmas untuk mendapatkan penanganan sedini mungkin untuk mencegah komplikasi yang lebih berat dan akan berdampak pada kematian ibu dan anak.

Namun, beberapa kendala dalam pelaksanaan program edukasi ini juga perlu diperhatikan. Keterbatasan akses transportasi serta motivasi dan dukungan keluarga kepada ibu hamil untuk memeriksakan kehamilannya di fasilitas Kesehatan. Beberapa ibu hamil menyatakan kurangnya dukungan dan pendampingan keluarga khususnya suami untuk memeriksakan kehamilannya di puskesmas.

Secara keseluruhan, program ini berhasil meningkatkan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya untuk mendeteksi tanda bahaya kehamilan khususnya tanda dan gejala serta pengelolaan anemia ringan. Seseringnya bidan dalam memberikan penyuluhan kepada ibu hamil agar meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil untuk mendeteksi tanda bahaya kehamilan agar ibu hamil mampu mengambil keputusan untuk segera berkonsultasi dengan bidan bila menemukan tanda dan gejala dari komplikasi kehamilan, sehingga memperoleh penanganan yang lebih intensif dari bidan, untuk mencegah komplikasi pada ibu dan janin, sehingga kehamilan berjalan dengan normal bagi kesejahteraan ibu dan bayi.



KESIMPULAN

Program pengabdian masyarakat "Deteksi dini tanda bahaya kehamilan dengan kasus anemia, pada ibu hamil di Puskesmas Comoro, Dili, Timor Leste." telah berhasil dilaksanakan dengan hasil yang positif. Edukasi mengenai deteksi dini tanda dan gejala anemia pada ibu hamil berhasil meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang cara mendeteksi tanda dan gejala anemia, manfaat konsumsi tablet penambah darah, cara minum tablet penambah darah yang benar, sumber makanan yang mengandung nutrisi bagi ibu hamil dan bagaimana cara yang efektif mencegah dan penanggulangan anemia bagi ibu hamil secara mandiri. Dengan adanya program edukasi ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman yang signifikan dan menyadarkan ibu hamil agar secara mandiri segera berkonsultasi kepada bidan bila menemukan tanda dan bahaya kehamilan untuk mencegah komplikasi yang lebih berat bagi Kesehatan ibu dan janin.. Secara keseluruhan, program ini telah berhasil mencapai tujuan utama untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil dalam mendeteksi dini tanda dan gejala anemia pada ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

Amanda, N. (2018). Konferensi Internasional Promosi Kesehatan yang Pertama. *Apromkes*, 5.

- Andera, N. A. (2022). *Asuhan Kebidanan Pada ibu hamil*. Padang Sumatera Barat: PT GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI Anggota IKAPI No. 033/SBA/2022.
- Ayu, N. (2023). *Asuhan Kebidanan*. Padang Sumatra Barat: PT GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOG.
- Azizah N, V. F. (2022). Kepuasan ibu hamil terhadap peran Bidan dalam Antenatal care dimasa pandemi. *Jurnal for Quality in women's Helath*, 76-81.
- Deby Meitia Sandy1, S. S. (2022). PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TERHADAP KEHAMILAN RESIKO TINGGI. *Khidmah.ikestmp.ac.id*, Palembang.
- DIY, D. (2021). Data Profil Kesehatan Provisi DIY. *DIY: Dinas Kesehatan Provinsi DIY*.
- Diyan W. (2023). *Asuhan Kebidanan*. Palembang Sumatra Barat: PT GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI.
- Eka,C M, Karunia, Mustikarani I,. (2021). EDUKASITENTANGTANDABAHAYAKEHAMILANUNTUK MENGATASIKECEMASANIBUSELAMAKEHAMILAN. *JurnalKesehatanMadaniMedika*, 1.
- Ika Mutika Dewi, A. P. (2021). *Anemia pada bu Hamil*. Jogjakarta: Jurha Pustaka.
- Irwan. (2017). Etika dan Perilaku Kesehatan. CV. Absolute Media. . CV, *Absolut Media*.
- Irwan. (2017). CV. Absolute Media. *Etika dan Perilaku Kesehatan*.
- Kemenkes. (2014). Pedoman Gerakan Pekerja Perempuan Sehat dan Produktif (GP2SP). *Kementrian Kesehatan Jakarta*.
- Kemenkes, R. (2020). Pedoman Pelayanan Antenatal Terpadu. *Kemenkes R*.
- Kenre. (2022). *Konsep dan Teoria Promosi Kesehatan*. Institutut teknologi Sains Muhammadiyah Sidrap. Sidrap: 2022.
- Kinanti Aprilia*, K. R. (2020). Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Tanda Bahaya Kehamilan Melalui Penyuluhan. *Jurnal Pengabdian Bidan Nasuha*, 7-11.
- MDS. (2019). Relatorio Anual programa Nutrisaun Ministerio da Saude Tinan 2019.
- Mds. (2022). Relatorio Anual. *Mds*.
- MdS. (2022). Relatorio Anual. *MdS*.
- MdS. (2022). Relatorio Anual. *MdS*.
- Merlinda F. (2022). *Teoria Konsep kebidanan*. Aceh: Mei 2022.
- Mey Elisa, Safitri, Putri Rahmika. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Ibu Hamil. *Journal Healthy Purpose*, 42-48.
- Pinto, J. (2023). *PENATALAKSANAAN INTEGRATED MANAGEMENT OF CHILDHOOD ILLNES PADA BALITA AKIT*. Dili: 2023.
- Rachmawati, K. W. (2019). Promosi Keshatan dan Ilmu Perilaku. *Wineka Media*, 1 st ed.
- Rahayu, N. T. (2023). *Asuhan Kebidanan*. Palembang Sumatra Barat: PT GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOG.
- SSKC. (2022). *Relatoria anual CSKC*. Dili: 2022.
- SSMD. (2022). *Relatorio Anuas SSMD*. Dili: 2022.
- Sulaeman, E. S. (2021). Pemberdayaan Masyarakat di Bidang Kesehatan: Teori dan Implementasi. . *Gadjah Mada University Press*.
- WHO, U. U. (2017). 'Executive summary', Composites in Infrastructure - Building New Markets. pp. ix–xii. Available at: <https://doi.org/10.1016/b978-185617368-1/50001-5>.
- WHO. (2016). Guideline: Daily iron Supplementation in Adult Women and Adolescent Girls. . *World Health Organization*.