

P-ISSN 2614-3593

E-ISSN 2614-3607

**j**urnal

---

**Pengabdian  
Kesehatan**

---



---

Vol. 1 | No. 2 | Juli 2018

---

# **JURNAL PENGABDIAN KESEHATAN**

## ***Editor In Chief***

Eko Prasetyo, SKM, M.Kes., STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

## ***Editorial Board***

David Laksamana Caesar, SKM, M.Kes, STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

Sri Hartini, S.Kep, Ns, M.Kes, STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

Solikhul Huda, S.Kep, Ns, M.N.S, STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

Annik Megawati, M.Sc, Apt , STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

## ***Reviewer***

Wahyu Hidayati, Ns, M.Kep, Sp.K.M.B, Universitas Diponegoro Semarang, Indonesia

dr.Mahalul Azam, M.Kes, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Didik Sumanto, SKM, M.Kes(Epid), Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

## ***English Language Editor***

Arina Hafadhotul Husna, S.Pd, M.Pd., STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

## ***IT Support***

Susilo Restu Wahyuno, S.Kom., STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

## ***Penerbit***

Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM)  
STIKES Cendekia Utama Kudus

## ***Alamat***

Jalan Lingkar Raya Kudus - Pati KM.5 Jepang Mejobo Kudus 59381

Telp. (0291) 4248655, 4248656 Fax. (0291) 4248651

Website : <http://jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/>

Email : [jurnal@stikescendekiautamakudus.ac.id](mailto:jurnal@stikescendekiautamakudus.ac.id)

Jurnal Pengabdian Kesehatan merupakan jurnal ilmiah hasil-hasil pengabdian masyarakat didalam pemberdayaan di bidang Kesehatan yang diterbitkan oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STIKES Cendekia Utama Kudus secara berkala 2 (dua) kali dalam satu tahun.

## DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Susunan Dewan Redaksi.....	ii
Kata Pengantar.....	iii
Daftar Isi .....	iv
<b>Penyuluhan Tentang Kehamilan Risiko Tinggi</b>	
Indri Astuti Purwanti, Nuke Devi Indrawati, Arief Tajally Adhiatma .....	54
<b>Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil melalui Pengembangan Paket Pembelajaran pada Ibu Hamil di Desa Jekulo Kudus</b>	
Heriyanti Widyaningsih, Yayuk Fatmawati .....	60
<b>Pojok ASI STIKES Cendekia Utama Kudus sebagai Capaian Dukungan ASI Eksklusif</b>	
Risna Endah Budiati, Ervi Rachma Dewi .....	69
<b>Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Skabies, Manajemen Kebersihan Lingkungan dan <i>Personal Hygine</i> pada Lansia di UPTD Griya Werdha Lambangan</b>	
Diyah Mutyah,Dya Sustrami, Hidayatus S,Puji Hastuti, Lela Nurlela,Nur Muji.....	77
<b>Ners Cilik sebagai Penggerak Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SDN 108 Inpres Tonasa Kabupaten Takalar</b>	
Wa Ode Sri Asnaniar, Akbar Asfar.....	89
<b>Ipteks bagi Kewirausahaan (IbK) di Univeersitas Muhammadiyah Semarang</b>	
Eni Hidayati, Heriyanto Adinugroho, Nuke Devi Indrawati.....	100
<b>Mewujudkan Desa Tangguh Bencana diKelurahan Kedung Cowek Surabaya</b>	
Diyah Arini, Setiadi, Dwi Priyantini, Christina Yuliasuti., Meiana Harfika., Imroatul Farida. ....	109
<b>Lampiran</b>	
Pedoman Penulisan Naskah JPK .....	122
Ucapan Terima Kasih dan Penghargaan .....	126

## PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL MELALUI PENGEMBANGAN PAKET PEMBELAJARAN PADA IBU HAMIL DI DESA JEKULO KUDUS

Heriyanti Widyaningsih<sup>1</sup>, Yayuk Fatmawati<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>, Program Studi S1-Ilmu Keperawatan STIKES Cendekia Utama Kudus  
Widyaningsih.sunarto@gmail.com

### ABSTRAK

Kehamilan merupakan rangkaian proses fisiologis pada perempuan yang menimbulkan perubahan fisik dan emosional. Semua sistem pada tubuh perempuan akan melakukan adaptasi untuk perkembangan janin. Adaptasi terhadap kehamilan akan menyebabkan perubahan fisik dan psikologis pada ibu hamil, hubungan keluarga dan sistem hormon pada tubuh. Perubahan terhadap ibu hamil dan hormon merupakan respon terhadap kebutuhan ibu dan janin. Perubahan fisiologis yang terjadi akibat kehamilan diantaranya perubahan struktur darah yang membuat ibu mengalami anemia. Pentingnya informasi tentang anemia bagi masyarakat dan metode yang tepat dan sampai kepada masyarakat menjadi penting untuk mengurangi resiko kematian ibu. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang anemia pada ibu hamil dengan pemberian penyuluhan dengan pemberian paket belajar pada kelas ibu hamil di desa Jekulo Kudus. Pengetahuan ibu hamil dalam mengkonsumsi FE adalah baik sebanyak 5 peserta ibu hamil dengan nilai pengetahuan baik 40% (2 peserta), pengetahuan cukup 40% (2 peserta) dan pengetahuan sejumlah 20% (1 peserta). Terjadi peningkatan pengetahuan antara sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan

**Kata Kunci :** Pengetahuan, Ibu hamil, Fe

### ABSTRACT

Pregnancy is a physiological processes in women that lead to physical and emotional changes including family relationship. All systems in the female body will adapt to the development of the fetus. Those changes can lead mother to have anemia. Information about anemia to the community with appropriate methods is important to reduce the risk of maternal death. The purpose of this activity is to improve mother's knowledge about anemia in pregnant woman by giving health education including giving learning packages to pregnant mother class in Jekulo Kudus. Result: Knowledge of pregnant mother in consuming FE is good as much as 5 participants of pregnant mother with good knowledge value 40% (2 participants), knowledge enough 40% (2 participants) and less knowledge about 20% (1 participant) There was increase knowledge before and after health education

**Keywords:** Knowledge, Pregnant mother, Fe

## **PENDAHULUAN**

Kehamilan merupakan rangkaian proses fisiologis pada perempuan yang menimbulkan perubahan fisik dan emosional. Semua sistem pada tubuh perempuan akan melakukan adaptasi untuk perkembangan janin. Adaptasi terhadap kehamilan akan menyebabkan perubahan fisik dan psikologis pada ibu hamil, hubungan keluarga dan sistem hormon pada tubuh. Perubahan terhadap ibu hamil dan hormon merupakan respon terhadap kebutuhan ibu dan janin<sup>1</sup>

Kematian Ibu dan Bayi karena sebab langsung dan tidak langsung. 20 – 15% kematian ibu karena faktor tidak langsung antara lain HIV/AIDS, hepatitis, diabetes, malaria dan anemia<sup>2</sup>

Menurut WHO ( 2010), 40% kematian ibu hamil di negara berkembang berkaitan dengan anemia dalam kehamilan. Salah satu penyebab anemia dalam kehamilan disebabkan oleh defisiensi besi<sup>3</sup> (Novita, 2012). Hasil penelitian Chi, dkk, menunjukkan bahwa angka kematian ibu adalah 70% untuk ibu-ibu yang anemia dan 19,7% untuk ibu yang non- anemia. Kematian ibu 15-20% secara langsung atau tidak langsung berhubungan dengan anemia. Anemia pada kehamilan juga berhubungan dengan meningkatnya kesakitan ibu<sup>4</sup>

Pada tahun 2012 tercatat 1021 ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya didapatkan 94 (9,2%) kasus anemia. dengan klasifikasi anemia ringan 67 orang (71,4%), anemia sedang 16 orang (17,3%), anemia berat 11 orang (11,3%), dan pada tahun 2013, tercatat 1143 ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya didapatkan 161 (14%) kasus anemia. dengan klasifikasi anemia ringan 126 orang (78,2%), anemia sedang 39 orang (18,2%), anemia berat 6 orang (4,0%). Dari data tersebut menyatakan bahwa pada tahun 2013 terjadi kenaikan angka ibu hamil dengan anemia dibanding dengan tahun 2012.

Upaya mengatasi masalah anemia pada ibu hamil yaitu melalui program suplementasi tablet tambah darah secara gratis, namun belum menunjukkan hasil yang memuaskan.

AKI di Indonesia masih cenderung tinggi. Kematian ibu hamil tertinggi di Indonesia pada umumnya akibat perdarahan. Salah satu penyebab perdarahan pada ibu hamil yaitu anemia. Salah satu faktor penyebab anemia dalam kehamilan adalah kurangnya pengetahuan ibu dalam melakukan perawatan kehamilan melalui konsumsi Fe. Perawat mempunyai peran penting untuk peningkatan pengetahuan untuk mempersiapkan kehamilan. Upaya untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam mempersiapkan kehamilan dapat mengurangi AKI melalui pelayanan antenatal.

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi ibu hamil yang mengkonsumsi Fe selama 90 hari masih rendah. Faktor yang menyebabkan ibu hamil enggan mengkonsumsi Fe yaitu kurangnya informasi tentang Fe, motivasi yang rendah dan efek samping dari Fe. Pengetahuan ibu hamil dalam mengkonsumsi Fe merupakan faktor utama yang mendorong ibu hamil untuk mengkonsumsi Fe secara tepat. perawat berperan penting untuk memberikan informasi kepada ibu hamil agar mengkonsumsi Fe secara tepat. Tujuan konsumsi tablet Fe yaitu mencegah anemi dan menjaga pertumbuhan janin. Dengan memberikan pengetahuan tentang Fe, diharapkan ibu hamil dapat mempersiapkan kehamilan secara optimal.

## **METODE**

Program pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui Penyuluhan tentang Pentingnya Asupan Fe pada Ibu hamil, dan pelaksanaan Evaluasi proses maupun hasil melalui kuesioner tentang materi penyuluhan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Penyuluhan tentang Pentingnya Fe Pada Ibu Hamil**

Salah satu periode *childbearing* pada perempuan adalah peristiwa kehamilan. Menurut Murray & McKinney (2007)<sup>5</sup> kehamilan merupakan proses perubahan fisiologis yang meliputi fisik dan emosi. Perubahan

fisiologis yang terjadi pada periode kehamilan melibatkan semua sistem tubuh untuk beradaptasi terhadap perkembangan janin. Perubahan pada sistem tubuh saat kehamilan dipengaruhi oleh hormon estrogen dan progesteron. Hormon estrogen dan progesteron yang meningkat pada periode kehamilan dapat menyebabkan perubahan fisik dan psikologi<sup>6</sup>.

Perubahan yang terjadi pada sistem darah dan pembekuan darah yaitu peningkatan volume plasma, leukosit, koagulasi dan metabolisme zat besi. Volume plasma meningkat pada usia kehamilan 10 minggu dan mencapai batas maksimum pada usia 30 – 34 minggu. Rata – rata peningkatan sebesar 20% – 100%. Masa eritrosit juga mulai meningkat hingga mencapai 18% – 30%. Ketidakseimbangan peningkatan volume plasma dan eritrosit menyebabkan penurunan hematokrit terjadi anemia fisiologis. leukosit meningkat dari 9.500/mm<sup>3</sup> menjadi 30.000/mm<sup>3</sup>. Koagulasi terjadi perubahan kadar fibrinogen, faktor – faktor pembekuan, dan platelet yang menyebabkan peningkatan kapasitas pembekuan sehingga terjadi risiko komplikasi seperti molahidatidosa dan abruptio/solusio plasenta. Metabolisme zat besi yang terjadi pada ibu hamil menyerap 20% zat besi yang masuk<sup>5</sup>.

Pengetahuan ibu hamil dalam mengkonsumsi Fe merupakan faktor utama yang mendorong ibu hamil untuk mengkonsumsi Fe secara tepat. Dengan memberikan pengetahuan tentang Fe, diharapkan ibu hamil dapat mempersiapkan kehamilan secara optimal.

### **Pengetahuan Ibu hamil bahwa tablet besi harus di minum oleh ibu hamil setiap hari.**

Berdasarkan hasil kuesioner Di dapatkan bahwa 5 ibu hamil (100%) menjawab tablet besi harus dikonsumsi setiap hari. Zat besi adalah mineral yang dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah (hemoglobin). Selain itu, mineral ini juga berperan sebagai komponen untuk membentuk mioglobin (protein yang membawa oksigen ke otot), kolagen (protein yang

terdapat di tulang, tulang rawan, dan jaringan penyambung), serta enzim. Zat besi juga berfungsi dalam sistim pertahanan tubuh<sup>7</sup>

Zat besi (Fe) merupakan mikro elemen essensial bagi tubuh yang diperlukan dalam sintesa *hemoglobin*. Konsumsi tablet Fe sangat berkaitan dengan kadar *hemoglobin* pada ibu hamil. Anemia defisiensi zat besi yang banyak dialami ibu hamil disebabkan oleh kepatuhan mengonsumsi tablet Fe yang tidak baik ataupun cara mengonsumsi yang salah sehingga menyebabkan kurangnya penyerapan zat besi pada tubuh ibu.<sup>8</sup>

Pengetahuan ibu hamil tentang efek tablet besi yang menimbulkan mual muntah“. Berdasarkan hasil dari kuesioner Di dapatkan hasil 2 dari 5 ibu hamil (40%) menjawab benar. Program pemberian suplementasi Fe pada ibu hamil mengalami beberapa kendala yaitu belum ada kebijakan yang terkoordinir, masalah penyediaan obat-obatan, masalah distribusi, masalah kepatuhan penderita yang rendah, karena adanya efek samping obat serta rendahnya kesadaran akan perlunya zat besi bagi penderita (Depkes RI,2010). Pemberian preparat 60 mg/hari dapat menaikkan kadar Hb sebanyak 1 gr% per bulan. Program nasional menganjurkan kombinasi 60% mg besi dan 50 nanogram asam folat untuk profilaksis anemia.<sup>9</sup> Sehingga diharapkan konsumsi Fe setiap hari selama kehamilan dapat meningkatkan kadar Hb ibu hamil. Keperluasan ibu hamil terhadap zat besi (Fe) tidak cukup dari makanan sehari-hari, untuk itu perlu tambahan tablet penambah darah<sup>10</sup>

### **Pengetahuan Ibu Hamil tentang faktor yang dapat mempengaruhi penyerapan Fe**

Dengan judul pernyataan kuesioner yaitu “ tablet besi harus di minum menggunakan teh hangat“. Di dapatkan hasil bahwa 2 dari 5 ibu hamil (40%) menjawab benar. Dan Untuk pertanyaan dengan judul pernyataan “penyerapan tablet besi akan baik jika di minum oleh ibu hamil dengan menggunakan air jeruk“. Di dapatkan hasil bahwa 5 ibu hamil



(100%) menjawab salah. Tablet besi (Fe) adalah tablet yang berisi 60 mg elemental iron dan 0,25 mg asam folat setiap tablet. Fe merupakan unsur yang sangat penting dalam pembentukan hemoglobin, yaitu senyawa warna merah yang terdapat dalam sel darah merah yang digunakan untuk mengangkut oksigen dan karbon dioksida dalam tubuh. Banyaknya besi yang dimanfaatkan untuk pembentukan hemoglobin umumnya 20-25 mg perhari. Besi dalam makanan yang dikonsumsi berada dalam bentuk ikatan feri (umumnya dalam pangan nabati) maupun ikatan ferro (umumnya dalam pangan hewani). Besi yang terbentuk feri oleh getah lambung, direduksi menjadi ferro yang lebih mudah diserap oleh sel mukosa usus<sup>11</sup>

Pada waktu hamil, kebutuhan mineral yang terpenting adalah zat besi (fe), karena pengaruhnya yang besar dalam kehamilan dan persalinan. Kebutuhan zat besi pada ibu hamil cukup tinggi yang diperlukan untuk janin, plasenta juga adanya proses retensi air atau penambahan cairan 40% dalam tubuh ibu yang sedang hamil. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi penyerapan Fe pada ibu hamil yaitu protein hewani, konsumsi vitamin C dapat meningkatkan penyerapan Fe. Sedangkan konsumsi Kopi, teh, garam, kalsium, magnesium, dan fitat dapat mengikat Fe sehingga mengurangi jumlah serapan. Untuk meningkatkan penyerapan Fe, maka tablet Fe dapat dikonsumsi bersama dengan protein hewani dan vitamin C. Untuk jenis makanan yang dapat mengurangi penyerapan Fe maka dapat dihindari dengan cara tidak mengkonsumsi jenis makanan tersebut bersama dengan konsumsi Fe.<sup>12</sup>

### **Untuk Pengetahuan tentang manfaat Fe bagi kehamilan**

Dengan judul pernyataan pada kuesioner yaitu “ tablet besi berguna untuk pertumbuhan janin dalam kandungan“. Di dapatkan hasil bahwa 5 ibu hamil (100%) menjawab benar.

Suplementasi zat besi adalah salah satu upaya dalam penanggulangan anemia, yang dilengkapi dengan asam folat dan

sekaligus dapat mencegah dan menanggulangi anemia akibat kekurangan asam folat. Program suplementasi zat besi pada ibu hamil dilaksanakan dengan pemberian asam besi folat pada ibu hamil telah dilaksanakan di seluruh Indonesia sejak tahun 1975 dalam rangka pencegahan dan penanggulangan. Pada ibu hamil, pemberian tablet besi untuk pencegahan anemia dengan Hb < 11 g% yaitu 1 tablet besi (60 mg elemen iron dan 0,25 mg asam folat) per hari selama 90 hari, mulai pemberian pertama ibu hamil memeriksakan kehamilannya K1 (Saribu, 2009)<sup>10</sup>. Untuk wanita hamil diberikan dosis 30-40 mg/hr<sup>13</sup>

Pemberian preparat 60 mg/hari dapat menaikkan kadar Hb sebanyak 1 gr% per bulan. Program nasional menganjurkan kombinasi 60% mg besi dan 50 nanogram asam folat untuk profilaksis anemia.<sup>9</sup> Sehingga diharapkan konsumsi Fe setiap hari selama kehamilan dapat meningkatkan kadar Hb ibu hamil. Penurunan kadar Hb pada ibu hamil sehingga dapat menyebabkan kejadian anemia maternal yaitu apabila kadar Hb pada wanita hamil trimester I < 11 gr/dl, trimester II < 10,5 gr/dl dan trimester III < 10 gr/dl<sup>14</sup>

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil dan luaran yang telah dicapai, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa Berdasarkan evaluasi struktur, evaluasi proses dan evaluasi hasil penyuluhan kepada ibu hamil, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang setelah dilakukan penyuluhan dengan judul pencegahan anemia pada ibu hamil didapatkan hasil baik.

### **Saran**

Dengan mempertimbangan adanya efek samping setelah mengkonsumsi Fe yaitu reaksi mual muntah maupun perubahan fisiologis pada ibu hamil, tenaga kesehatan perlu terus memberikan penyuluhan

dan penguatan kepada ibu hamil tentang manfaat Fe terhadap pertumbuhan janin melalui berbagai media penyuluhan yang ada.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

1. Program Pengabdian Masyarakat ini dibiayai oleh STIKES Cendekia Utama Kudus dengan Surat Perjanjian Kontrak Pengabdian Masyarakat (SPK-PM) Nomor: 004/SK-PI/LPPM-STIKES CU/IV/2017 Tanggal 4 April 2017
2. Kepala Desa Jekulo yang telah memberikan ijin sehingga program pengabdian masyarakat ini berjalan dengan baik

### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Leifer, Gloria. (2011). *Introduction to maternity & pediatric nursing*. Sixth edition. Singapura: Elsevier.
2. World Health Organization (2012) Angka Kematian bayi. Amerika: WHO; 2012
3. Novita, 2011. Promosi kesehatan dalam pelayanan kebidanan. Jakarta: Salemba Medika
4. Ridwan E. kajian interaksi zat besi dengan zat gizi mikro lain dalam suplementasinya. 35.2012;1:49-50
5. Murray, Sharon Smith & McKinney, Emily Slone. (2007). *Introduction Foundations Of Maternal Newborn Nursing*. Fourth Edition. Elsevier
6. Leifer, Gloria. (2011). *Introduction to maternity & pediatric nursing*. Sixth edition. Singapura: Elsevier.
7. Farida, El Baz, et al. 2009. Impact of obesity and body fat and distribution on pulmonary function of Egyptian journal of bronchology. 2009: 3 (1) 49-58
8. Yenni, S. 2007. Buku saku anemia pada ibu hamil, konsep dan penatalaksanaan. Trans info media Jakarta

9. Silalahi, 2009. Analisis faktor yang berhubungan dengan anemia ibu hamil di kabupaten Diari tahun 2006 (Tesis) Universitas Sumatra Utara
10. Saribu,Dolok., 2006. Kejadian Anemia pada ibu hamil ditinjau dari sosial ekonomi dan perolehan tablet zat besi di Desa Maligas Tonga Kecamatan Tanah Jawa Kabupaten Simalungun tahun 2006. Universitas Sumatra Utara
11. Sarwono, Prawirohardjo (2010) ilmu kebidanan. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka
12. Naibaho AS. Faktor-faktor yang berhubungan dengan anemia gizi pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Parsoburan Kec. Habinsaran Kabupaten Toba Samosir tahun 2011. Universitas Sumatra Utara. 2011
13. Robinson, Eric. 2009. Reducing high calorie snack food in young adult: a role for social norms and health based message. International journal of behavioural nutrition and physical activity. 10(1) 73. DOI: 10.1186/1479-5868-10-73
14. Bobak, Lowdermilk & Jensen. (2004). *Buku ajar keperawatan maternitas*. Edisi 4 (Wijayarini, Anugerah, penj). Buku asli diterbitkan tahun 1995. Jakarta: EGC.

## PEDOMAN PENULISAN NASKAH JPK

Jurnal Pengabdian Kesehatan (JPK) STIKES Cendekia Utama Kudus menerima naskah hasil-hasil pengabdian masyarakat di dalam pemberdayaan di bidang kesehatan.

Naskah adalah karya asli penulis, bukan plagiat, saduran atau terjemahan karya penulis lain.

Naskah khusus ditujukan kepada Jurnal Pengabdian Kesehatan (JPK) STIKES Cendekia Utama Kudus, belum pernah dipublikasikan di media lain. Naskah yang dikirim harus disertai surat persetujuan publikasi dan surat pengantar yang ditandatangani penulis.

### Komponen naskah:

- **Judul**, ditulis maksimal 150 karakter, huruf *Book Antiqua*, ukuran 13, spasi 1
- **Identitas penulis**, ditulis setelah judul. Terdiri atas nama (tanpa gelar), alamat tempat kerja, nomor telepon/hp dan alamat email.
- **Abstrak** dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris, maksimal 200 kata, disusun dalam satu alinea, berisi masalah, tujuan, metode pelaksanaan, hasil dan 3-5 kata kunci. Untuk naskah dalam bahasa Inggris, tidak perlu disertai abstrak dalam bahasa Indonesia.
- **Pendahuluan**, tanpa subjudul, berisi latar belakang, sedikit tinjauan pustaka dan tujuan program pengabdian.
- **Metode**, dijelaskan secara rinci variasi kegiatan melalui tahapan didalam pelaksanaan pengabdian masyarakat di bidang kesehatan
- **Hasil dan Pembahasan**, mengurai secara tepat dan argumentatif hasil program pengabdian, kaitan hasil dengan teori yang sesuai dan sistematis.
- **Tabel atau gambar**. Tabel, diberi nomor sesuai urutan penyebutan dalam teks, ditulis 1 (satu) spasi, ukuran 11. Judul singkat, padat dan jelas, terletak di atas tabel. Gambar, diberi nomor sesuai urutan penyebutan dalam teks. Judul singkat, padat dan jelas, terletak di bawah gambar.

- **Simpulan dan Saran.** Simpulan menjawab masalah program pengabdian dengan pernyataan tegas. Saran logis, tepat guna dan tidak mengada-ada, dan ada keterkaitan dengan keberlanjutan program pengabdian
- **Rujukan/ referensi** ditulis sesuai aturan **Vancouver**, urut sesuai dengan pemunculan dalam keseluruhan teks, maksimal 25 rujukan dan 75 persen merupakan publikasi dalam 10 tahun terakhir.

Naskah sebanyak 15-25 halaman kuarto, batas atas-bawah-tepi kiri-tepi kanan (cm) : 4-3-4-3, spasi 1,5, jenis huruf: arial, ukuran 12, format microsoft word, dalam bentuk softfile dan 3 (tiga) eksemplar dalam bentuk print out.

Naskah dikirim ke alamat : Redaksi Jurnal Pengabdian Kesehatan (JPK) STIKES Cendekia Utama Kudus, Jl. Lingkar Raya Km.05 Jepang Mejobo Kudus 59381.

**Kontak langsung dapat melalui:**

- Eko Prasetyo : 081575435102
- David Laksamana Caesar : 085727448958
- Sholihul Huda : 081326404743

Naskah juga dapat dikirim melalui email :

**[lppm.stikescendekiautama@yahoo.com](mailto:lppm.stikescendekiautama@yahoo.com)**

## CONTOH PENULISAN DAFTAR PUSTAKA

### **Artikel Jurnal Penulis Individu.**

Sloan NL, Winikoff B, Fikree FF. An ecologic analysis of maternal mortality ratios. *Stud Fam Plann* 2001;32:352-355.

### **Artikel Jurnal Penulis Organisasi**

Diabetes Prevention Program Research Group. Hypertension, insulin, and proinsulin in participants with impaired glucose tolerance. *Hypertension*.2002;40(5):679-86

### **Artikel Jurnal di Internet**

Goodyear-Smith F and Arroll B, Contraception before and after termination of pregnancy: can we do it better? *New Zealand Medical Journal*, 2003, Vol. 116, No. 1186, <<http://www.nzma.org.nz/journal/116-1186/683/content.pdf>>, accessed Aug. 7, 2007.

### **Buku Dengan Nama Editor sebagai penulisnya**

Lewis G, ed. *Why mothers die 2000–2002: the confidential enquiries into maternal deaths in the United Kingdom*. London: RCOG Press; 2004.

### **Buku yang Ditulis Individu**

Loudon I. *Death in childbirth. An international study of maternal care and maternal mortality 1800-1950*. London: Oxford University Press, 1992.

### **Buku yang Ditulis Organisasi**

Council of Europe, *Recent Demographi Developments in Europe 2004*, Strasbourg, France: Council of Europe Publishing, 2005.

### **Artikel dari Buletin**

Ali MM, Cleland J and Shah IH, Condom use within marriage: a neglected HIV intervention, *Bulletin of the World Health Organization*, 2004, 82(3):180–186.

### **Paper yang Dipresentasikan dalam Pertemuan Ilmiah/Konferensi**

Kaufman J, Erli Z and Zhenming X, Quality of care in China: from pilot project to national program, paper presented at the IUSSP XXV International Population Conference, Tours, France, July 18–23, 2005.

**Bab dalam Buku**

Singh S, Henshaw SK and Berentsen K, Abortion: a worldwide overview, in: Basu AM, ed., The Sociocultural and Political Aspects of Abortion, Westport, CT, USA: Praeger Publishers, 2003, pp. 15–47.

**Data dari Internet**

U.S. Bureau of the Census, International Data Base, Country summary: China, 2007, <<http://www.census.gov/ipc/www/idb/country/chportal.html>>, accessed Aug. 12, 2007.

**Disertasi**

Lamsudin R. Algoritma Stroke Gadjah Mada (Disertasi). Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada. 1997

**Makalah dalam Surat Kabar**

Banzai VK, Beto JA. Treatment of Lupus Nephritis. The Jakarta Post 1989; Dec 8; Sect A.5(col 3)

**Kamus**

Ectasia. Dorland's Illustrated Medical Dictionary. 27th ed. Philadelphia: Saunders, 1988;527