

**ANALISIS PENGARUH KONSELING GIZI SEIMBANG TERHADAP  
PENGETAHUAN, SIKAP, KETERAMPILAN PADA IBU HAMIL ANEMIA :  
*LITERATURE REVIEW***

Millennia Rillys Ramadhani

---

Abstrak

**Latar Belakang:** Salah satu masalah gizi utama yang masih belum terselesaikan hingga saat ini adalah stunting dan gizi kurang. Penyebab dalam jangka waktu panjang yaitu ibu hamil yang kekurangan zat besi. Karena apabila terdapat kekurangan zat besi pada ibu hamil akan menyebabkan anemia sehingga berat badan lahir anak kemungkinan rendah. Berat badan lahir rendah merupakan salah satu faktor resiko terjadinya stunting pada balita. Konseling gizi seimbang kemungkinan besar dapat sangat berperan penting terhadap penurunan kejadian ibu hamil yang anemia dengan meningkatkan pengetahuan, sikap, keterampilan.

**Metode:** Studi ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh pemberian konseling gizi seimbang pada ibu hamil anemia terhadap pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Dengan menggunakan keyword pengaruh konseling gizi seimbang pada ibu hamil anemia dan pengetahuan, sikap, dan keterampilan pada database untuk mencari literatur review. Dilakukan seleksi terhadap 10 artikel menggunakan JBI Critical Appraisal tools. Artikel diambil dari data base bereputasi maupun terakreditasi. Riset diidentifikasi melalui database Mendeley, Academia, Scribd, Google Scholar. Penyeleksian diambil dengan memerhatikan PICOS framework dan ditemukan 10 artikel yang sesuai, kemudian artikel dianalisis satu persatu.

**Hasil:** Ada pengaruh konseling mengenai gizi seimbang terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan keterampilan ibu hamil yang anemia.

**Kesimpulan:** Pengaruh konseling mengenai gizi seimbang yang dinilai secara efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan ibu hamil yang anemia. Serta ada perbedaan frekuensi dan waktu agar konseling berjalan secara efektif pada ibu hamil yaitu 30-60 menit yang dilakukan secara kontinu dan tidak berjarak lama seperti 4 kali dalam 1 bulan.

Kata kunci: ibu hamil anemia, konseling, gizi seimbang, perilaku