

GERAKAN "IBU HAMIL SEHAT (BUMILSAT)": EDUKASI GIZI SEIMBANG UNTUK MENGATASI KEKURANGAN ENERGI KRONIK DI PUSKESMAS TAWIRI

Ety Yuni Ristanti^{1*}, Muhamad Asrar², Michran Marsaoly³

^{1,2,3} Program Studi Gizi, Poltekkes Kemenkes Maluku, Indonesia

Abstrak

Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius karena berdampak buruk terhadap kesehatan ibu dan janin serta menjadi salah satu pemicu utama tingginya angka stunting. Wilayah kerja Puskesmas Tawiri memiliki tantangan gizi yang signifikan dengan adanya 121 anak gizi kurang, 57 anak stunting, serta 26 ibu hamil yang mengalami KEK. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku ibu hamil KEK melalui pelaksanaan Gerakan Ibu Hamil Sehat. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah intervensi edukasi gizi seimbang secara terstruktur dan interaktif dengan memanfaatkan media leaflet berbasis pangan lokal, yang dilaksanakan di tiga desa yaitu Laha, Hative Besar, dan Tawiri. Sasaran kegiatan adalah seluruh ibu hamil KEK di wilayah tersebut yang berjumlah 26 orang. Evaluasi efektivitas program diukur menggunakan kuesioner terstruktur melalui penilaian sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) intervensi. Hasil kegiatan menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan yang sangat signifikan pada sasaran. Sebelum intervensi, mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang yaitu sebanyak 16 orang (61.5%). Setelah pelaksanaan program, tingkat pengetahuan responden berkategori baik melonjak tajam menjadi 19 orang (73.1%) dan hanya menyisakan 1 orang (3.8%) pada kategori kurang. Peningkatan nilai rata-rata pengetahuan sebesar 32.12, dari nilai awal 52.42 menjadi 84.54 setelah intervensi. Kesimpulan dari pengabdian ini adalah Gerakan Ibu Hamil Sehat sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil KEK mengenai gizi seimbang selama kehamilan. Pihak puskesmas dan bidan desa disarankan untuk mengintegrasikan metode edukasi ini ke dalam program kelas ibu hamil secara berkelanjutan di 23 posyandu wilayah kerja Puskesmas Tawiri demi mencegah risiko kelahiran bayi stunting.

Kata Kunci : Edukasi gizi, Gizi Seimbang, Ibu Hamil, Kekurangan Energi Kronik

"Healthy Pregnant Women" Movement (Bumilsat): Balanced Nutrition Education For Managing Chronic Energy Deficiency At Tawiri Public Health Center

Abstract

Chronic Energy Deficiency (CED) in pregnant women is a serious public health issue as it adversely affects maternal and fetal health, serving as a primary trigger for high stunting rates. The Tawiri Public Health Center work area faces significant nutritional challenges, with 121 undernourished children, 57 stunted children, and 26 pregnant women suffering from CED. This community service activity aimed to improve knowledge and alter the behavior of pregnant women with CED through the implementation of the Healthy Pregnant Women Movement. The method employed in this activity was a structured and interactive balanced nutrition educational intervention utilizing local food-based leaflets, conducted across three villages: Laha, Hative Besar, and Tawiri. The activity targeted all 26 pregnant women with CED in the region. The effectiveness of the program was evaluated using structured questionnaires through pre-test and post-test assessments. The results demonstrated a highly significant increase in the targets' knowledge. Prior to the intervention, the majority of respondents had a poor level of knowledge, accounting for 16 individuals (61.5%). Following the program implementation, respondents with good knowledge soared to 19 individuals (73.1%), leaving only 1 person (3.8%) in the poor category. There was an increase in the mean knowledge score by 32.12 points, rising from an initial score of 52.42 to 84.54 post-intervention. In conclusion, the Healthy Pregnant Women Movement is highly effective in enhancing the understanding of balanced nutrition among pregnant women with CED during pregnancy. It is recommended that the public health center and village midwives integrate this educational method into routine Pregnant Women Classes sustainably across 23 integrated health posts (posyandu) in the Tawiri Public Health Center area to prevent the risk of stunting.

Keywords: Nutrition education, Balanced nutrition, Pregnant women, Chronic Energy Deficiency

Pendahuluan

Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius karena berdampak langsung pada kesehatan ibu dan perkembangan janin, yang dalam jangka panjang berkontribusi pada tingginya angka stunting di Indonesia (Suryani et al., 2024). Secara nasional, prevalensi KEK masih menjadi tantangan dalam upaya mencetak generasi emas. Wilayah kerja Puskesmas Tawiri memiliki karakteristik demografi yang unik dengan total penduduk mencapai 20.110 jiwa yang tersebar di tiga desa utama, yaitu Desa Laha (7.167 jiwa), Desa Hative Besar (4.817 jiwa), dan Desa Tawiri (8.126 jiwa). Meskipun pelayanan kesehatan dasar telah didukung oleh keberadaan 23 posyandu yang aktif, tantangan gizi di wilayah ini masih cukup signifikan. Berdasarkan data terkini, tercatat adanya 121 anak dengan status gizi kurang dan 57 anak mengalami stunting. Kondisi ini berkaitan erat dengan kesehatan ibu saat masa kehamilan, di mana ditemukan sebanyak 26 ibu hamil yang mengalami KEK di wilayah kerja tersebut.

Ibu hamil yang mengalami KEK memiliki risiko tinggi melahirkan bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), yang merupakan faktor risiko utama terjadinya stunting pada balita (Kemenkes RI, 2023). Faktor penyebab KEK sangat kompleks, mulai dari asupan energi yang tidak adekuat hingga rendahnya pengetahuan ibu mengenai prinsip gizi seimbang selama masa kehamilan (Marcelya et al., 2025; Asdam et al., 2025). Di daerah pesisir dan semi-urban seperti wilayah Tawiri dan Laha, ketersediaan pangan lokal sebenarnya cukup melimpah, namun pola konsumsi seringkali belum memenuhi kaidah gizi seimbang. Edukasi gizi seimbang menjadi intervensi non-spesifik yang sangat krusial untuk mengubah perilaku makan dan meningkatkan kesadaran ibu dalam mengonsumsi nutrisi yang tepat (Astuti & Zamli, 2025). Pemberdayaan masyarakat melalui edukasi yang terstruktur diharapkan dapat menekan angka KEK sekaligus memutus rantai masalah gizi sejak dini.

Gerakan "Ibu Hamil Sehat (BUMILSAT)" dirancang sebagai bentuk pengabdian masyarakat untuk memberikan pemahaman mendalam bagi ibu hamil mengenai pentingnya variasi makanan, proporsi karbohidrat, protein, serta mikronutrien penting lainnya. Inisiatif ini selaras dengan program pemerintah dalam percepatan penurunan stunting yang dimulai dari intervensi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (Makripuddin et al., 2021). Dengan mengoptimalkan peran posyandu di Desa Laha, Hative Besar, dan Tawiri, program ini bertujuan untuk membekali ibu hamil dengan pengetahuan praktis yang dapat diterapkan sehari-hari. Tujuan utama dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan mengubah sikap ibu hamil KEK terhadap pemenuhan gizi seimbang, sehingga diharapkan dapat memperbaiki status gizi ibu dan mencegah risiko komplikasi pada persalinan serta kelahiran bayi stunting di wilayah kerja Puskesmas Tawiri.

Metode

Alat dan bahan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan beberapa alat dan bahan untuk mendukung pelaksanaan edukasi dan evaluasi. Alat yang digunakan meliputi laptop, LCD proyektor, layar proyektor, pengeras suara portabel, serta alat tulis berupa pulpen dan papan alas tulis. Bahan yang digunakan berupa materi edukasi dalam format ppt, leaflet, spanduk kegiatan, kuesioner pretest dan posttest.

Metode Pelaksanaan

Peserta dalam edukasi ini adalah ibu hamil yang menderita kekurangan energi protein (KEK) di Puskesmas Tawiri sebanyak 26 orang. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam tiga tahap yaitu persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Pada tahap persiapan meliputi : pengurusan perijinan, melakukan koordinasi dengan Kepala Puskesmas Tawiri sekaligus menentukan peserta, waktu, dan tempat penyuluhan. Tim kemudian menyusun materi edukasi, menyiapkan kuesioner pretest dan posttest, mencetak leaflet dan spanduk, serta menyiapkan seluruh alat dan bahan yang diperlukan selama kegiatan. Tahap pelaksanaan, meliputi pengisian kuesioner pretest untuk mengukur tingkat pengetahuan awal mengenai gizi seimbang untuk ibu hamil. Setelah itu, edukasi diberikan menggunakan media presentasi dan leaflet. Materi yang disampaikan meliputi konsep gizi seimbang, masalah pada ibu hamil, pentingnya zat gizi untuk ibu hamil, kebutuhan gizi ibu hamil, anjuran jumlah porsi dalam sehari, peran zat gizi, menu ibu hamil. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif dengan memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya dan menjawab pertanyaan dari pemateri. Tahap ketiga yaitu evaluasi, peserta diminta mengisi kuesioner posttest dengan pertanyaan yang sama seperti pada pretest. Hasil pretest dan posttest dibandingkan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta. Skor dihitung berdasarkan persentase jumlah jawaban benar, kemudian dikategorikan menjadi kurang ($\leq 60\%$), cukup (61–80%), dan baik ($> 80\%$).

Hasil dan Pembahasan

Pengabdian masyarakat melalui Gerakan "Ibu Hamil Sehat (BUMILSAT)" telah dilaksanakan pada ibu hamil yang mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) di wilayah kerja Puskesmas Tawiri. Seluruh sasaran (26 orang) mengikuti kegiatan edukasi gizi seimbang ini dari awal hingga akhir. Karakteristik responden dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi kelompok usia, tingkat pendidikan, dan pekerjaan yang disajikan secara rinci pada Tabel 1.

Pelaksanaan Kegiatan

Tahap persiapan diawali dengan koordinasi bersama Kepala Puskesmas Tawiri untuk menentukan waktu pelaksanaan, peserta, serta sarana pendukung yang dibutuhkan. Tim pengabdian juga menyiapkan materi edukasi.

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan pengisian kuesioner pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal ibu hamil mengenai gizi seimbang, pentingnya zat gizi untuk ibu hamil, anjuran jumlah porsi dalam sehari, peran zat gizi. Selanjutnya, tim pengabdian memberikan edukasi menggunakan metode ceramah interaktif dan diskusi. Materi yang disampaikan meliputi konsep gizi seimbang, masalah pada ibu hamil, pentingnya zat gizi untuk ibu hamil, kebutuhan gizi ibu hamil, anjuran jumlah porsi dalam sehari, peran zat gizi, menu ibu hamil. Nutrisi yang optimal selama kehamilan sangat penting untuk kesehatan dan kesejahteraan ibu dan anak. Perkembangan fisiologis dan metabolisme janin sangat dipengaruhi oleh pola makan ibu, yang dapat menentukan resiko kesehatan dan penyakit keturunan dimasa mendatang. Status gizi ibu selama kehamilan mempengaruhi komposisi ASI, kesehatannya pada kehamilan berikutnya dan beban penyakit kronis secara global (Rees & Brough, 2025). Edukasi gizi bagi ibu hamil bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan praktik mengonsumsi makanan bergizi seimbang selama kehamilan. Penelitian Tania et al., (2025) menunjukkan bahwa pendidikan gizi yang diberikan secara sistematis dapat meningkatkan asupan mikronutrien penting seperti zat besi, kalsium, dan asam folat, serta memperbaiki status gizi ibu hamil.

Setelah edukasi selesai, peserta diminta mengisi kuesioner posttest dengan pertanyaan yang sama seperti pada pretest untuk menilai peningkatan pengetahuan. Antusiasme peserta selama kegiatan tergolong sangat baik. Ibu hamil aktif menjawab pertanyaan, mengikuti diskusi, dan menunjukkan ketertarikan terhadap materi yang diberikan. Tingkat kehadiran mencapai 100%, dengan seluruh peserta mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir.



Gambar 1. Leaflet edukasi ibu hamil

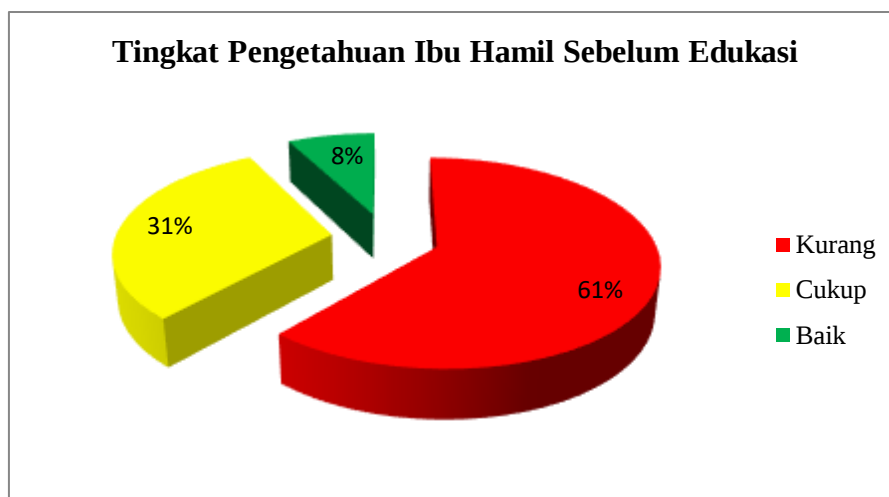
Tabel 1. Karakteristik Ibu Hamil KEK di Wilayah Kerja Puskesmas Tawiri

Karakteristik	Kategori	n=26	
		n	%
Usia	< 20 Tahun	2	7.69
	20–35 Tahun	21	80.77
	>35 Tahun	3	11.54
Pendidikan	Dasar (SD/SMP)	5	19.23
	Menengah (SMA/SMK)	17	65.38
	Tinggi (PT)	4	15.38
Pekerjaan	Ibu Rumah Tangga (IRT)	21	80.77
	Wiraswasta/Swasta	4	15.38
	Pegawai Negeri/Honorir	1	3.85

Dari tabel 1 diperoleh bahwa sebagian besar (80.77%) ibu hamil berusia antara 20 – 35 tahun. Dari tingkat pendidikan, sebagian besar menempuh pendidikan menengah (SMA/SMK) sebanyak 17 orang (65.38%). Sementara itu, berdasarkan status pekerjaan, sebagian besar tidak bekerja atau ibu rumah tangga (IRT) yaitu sebanyak 21 orang (80.77%).

Hasil Evaluasi Pengetahuan

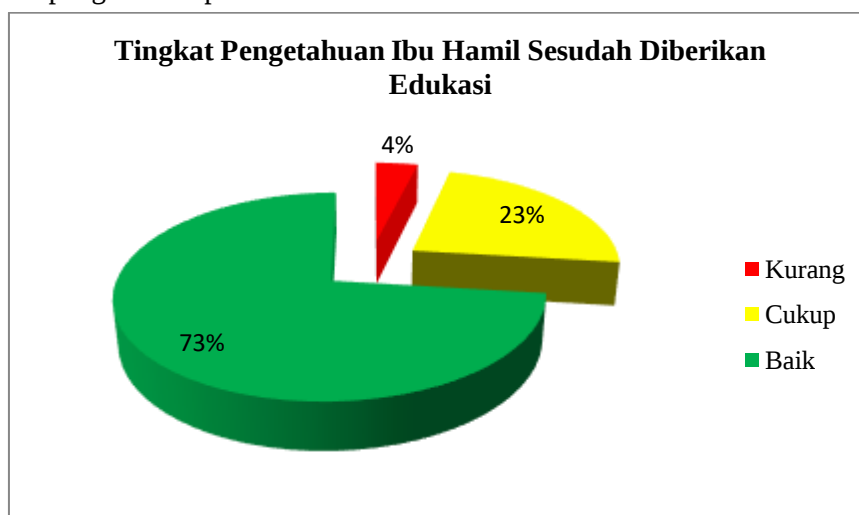
Sebelum dan sesudah pelaksanaan Gerakan BUMILSAT, dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan mengenai gizi seimbang selama kehamilan menggunakan kuesioner. Evaluasi ini bertujuan untuk melihat efektivitas intervensi edukasi yang diberikan. Distribusi tingkat pengetahuan responden sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) edukasi dipaparkan pada Tabel 2.



Gambar 2. Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum Edukasi

Berdasarkan Gambar 2, sebelum diberikan edukasi, mayoritas ibu hamil memiliki tingkat pengetahuan yang kurang mengenai gizi seimbang, yaitu sebanyak 16 orang (61,5%), kategori cukup sebanyak 8 orang (30,8%), dan hanya 2 orang (7,7%) yang memiliki pengetahuan baik.

Pada akhir penyuluhan dilakukan evaluasi, peserta kembali diberikan kuesioner untuk diisi. Posttest diberikan untuk mengevaluasi tujuan pencapaian dari penyuluhan. Skor posttest didapat dengan cara yang sama dengan pretest. Skor pretest dan posttest kemudian dibandingkan untuk melihat ada tidaknya peningkatan pengetahuan peserta.



Gambar 3. Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Sesudah Diberikan Edukasi

Setelah dilakukan intervensi melalui Gerakan BUMILSAT, Gambar 2 menunjukkan terjadinya pergeseran ke arah positif. Ibu hamil dengan tingkat pengetahuan baik meningkat drastis menjadi 19 orang (73,1%), kategori cukup sebesar 6 orang (23,1%), dan responden dengan pengetahuan kurang menurun hingga tersisa 1 orang (3,8%).

Tabel 2. Nilai Rata-rata Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Edukasi

Pengukuran	Nilai Rata-Rata $\pm$ SD	Peningkatan nilai
Pretest	52.42 $\pm$ 10.23	32.12
Posttest	84.54 $\pm$ 8.65	

Tabel 2 memperlihatkan nilai rata-rata pengetahuan ibu hamil KEK sebelum edukasi (*pre-test*) adalah sebesar 52.42 dengan standar deviasi 10.23. Setelah diberikan edukasi gizi seimbang, nilai rata-rata pengetahuan responden meningkat signifikan menjadi 84.54 dengan standar deviasi 8.65. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menghasilkan peningkatan nilai rata-rata sebesar 32.12 hal ini menandakan bahwa terdapat perbedaan atau peningkatan pengetahuan yang sangat bermakna pada ibu hamil KEK sesudah pelaksanaan Gerakan BUMILSAT di wilayah kerja Puskesmas Tawiri.

Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat melalui Gerakan "Ibu Hamil Sehat (BUMILSAT)", diketahui bahwa intervensi edukasi gizi seimbang mampu memberikan dampak yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil yang mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) di wilayah kerja Puskesmas Tawiri. Sebelum intervensi dilakukan, mayoritas ibu hamil KEK memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang. Kondisi awal ini mengindikasikan bahwa masih rendahnya paparan informasi yang akurat mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang selama masa kehamilan bagi masyarakat di Desa Laha, Hative Besar, dan Tawiri. Rendahnya pengetahuan ini menjadi salah satu faktor predisposisi yang memicu tingginya angka ibu hamil KEK di wilayah tersebut yang mencapai 26 orang, yang pada rentetan masalah berikutnya berkontribusi terhadap keberadaan 121 anak gizi kurang dan 57 anak stunting di wilayah kerja Puskesmas Tawiri.

Setelah diberikan intervensi edukasi melalui Gerakan BUMILSAT, terjadi pergeseran yang sangat positif, di mana mayoritas responden mengalami peningkatan pengetahuan ke kategori baik yaitu sebanyak 19 orang (73,1%) dan menyisakan hanya 1 orang (3,8%) pada kategori kurang. Perubahan ini juga diperkuat secara kuantitatif melalui peningkatan nilai rata-rata pengetahuan sebesar 32.12. Hasil ini membuktikan bahwa metode edukasi yang terstruktur, interaktif, dan aplikatif dalam Gerakan BUMILSAT sangat efektif dalam mentransfer informasi kesehatan, sehingga mampu memicu pemahaman baru bagi ibu hamil KEK. Hal ini sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat oleh Herawati et al., (2026) bahwa edukasi gizi seimbang bagi ibu hamil trimester II–III di wilayah kerja Puskesmas Praya terbukti meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pemenuhan gizi selama kehamilan. Selain itu, studi yang dilakukan oleh Tania et al., (2025) yang menyatakan bahwa intervensi edukasi gizi secara intensif pada ibu hamil terbukti efektif meningkatkan skor pengetahuan dan mengubah persepsi ibu dalam memilih jenis makanan. Peningkatan pengetahuan pasca-edukasi terjadi karena adanya proses penerimaan informasi yang mengaktifkan kognitif responden. Ketika seorang ibu

hamil memahami bahwa asupan gizi makro dan mikro harian tidak hanya memengaruhi status kesehatan dirinya melainkan juga menentukan proses pertumbuhan dan perkembangan janin di dalam kandungan, maka kesadaran untuk memperbaiki pola konsumsi akan terbentuk.

Manfaat utama dari pemberian edukasi yang berkelanjutan ini adalah terbentuknya kemandirian perilaku pada ibu hamil KEK (Hidamansyah et al., 2025). Melalui pemahaman porsi makanan harian yang dianjurkan serta pengenalan peran vital zat gizi (seperti zat besi untuk mencegah anemia dan asam folat untuk mencegah cacat janin), ibu hamil dapat secara sadar meningkatkan kuantitas dan kualitas makanannya demi mengejar ketertinggalan berat badan dan ukuran LiLA ($< 23,5$ cm). Penelitian Suryani et al., (2024) juga menegaskan bahwa edukasi gizi pada masa kehamilan laksana investasi jangka panjang, sebab ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik akan konsisten menerapkan pola hidup sehat, patuh mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), serta memberikan ASI Eksklusif pasca-melahirkan. Dengan demikian, pengoptimalan peran 23 posyandu di wilayah kerja Puskesmas Tawiri melalui Gerakan BUMILSAT menjadi strategi intervensi spesifik yang sangat krusial dalam memutus mata rantai masalah gizi kurang dan stunting sejak dini dari dalam kandungan.



Gambar 4. Pemberian Edukasi kepada Ibu Hamil KEK di Puskesmas Tawiri

Kesimpulan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat melalui Gerakan "Ibu Hamil Sehat (BUMILSAT)" terbukti sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil yang mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) mengenai prinsip gizi seimbang selama masa kehamilan di wilayah kerja Puskesmas

Tawiri. Intervensi edukasi gizi yang terstruktur ini berhasil mengubah peta pemahaman responden secara signifikan, di mana tingkat pengetahuan berkategori baik melonjak tajam dari 7.7% sebelum edukasi menjadi 73.1% setelah edukasi, serta mampu mendongkrak nilai rata-rata kuesioner pengetahuan sebesar 32.12 poin.

Sebagai saran tindak lanjut, pihak Puskesmas Tawiri bersama para bidan desa diharapkan dapat mengintegrasikan materi Gerakan BUMILSAT ini ke dalam program rutin Kelas Ibu Hamil secara berkelanjutan di 23 posyandu yang ada di Desa Laha, Hative Besar, dan Tawiri. Selain itu, diperlukan pemantauan antropometri secara berkala (khususnya ukuran LiLA dan berat badan ibu) serta kolaborasi aktif dengan kader posyandu setempat untuk memastikan peningkatan pengetahuan yang telah dicapai para ibu dapat benar-benar diimplementasikan dalam bentuk perubahan perilaku konsumsi menu gizi seimbang berbasis pangan lokal demi memutus rantai stunting sejak dalam kandungan.

Daftar Pustaka

- Asdam, W. S., Puspikawati, S. I., Dian, J., Sari, E., & Bakomora, B. (2025). Faktor Dominan yang Berhubungan dengan Kekurangan Energi Kronis pada Ibu Hamil di Tlogosari , Bondowoso Dominant Factors Associated with Chronic Energy Deficiency in Pregnant Women in Tlogosari , Bondowoso. *Amerta Nutrition Vol.*, 9(4), 629–639. <https://doi.org/10.20473/amnt.v9i4.2025.629-639>
- Astuti, W., & Zamli. (2025). Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi Seimbang di Wilayah Puskesmas Simpang Raya. *Dinamika Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Transformasi Kesejahteraan*, 2(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.62951/dinsos.v2i3.1948>
- Herawati, E., Apriani, L., & Mardianti, L. (2026). Edukasi Gizi Seimbang Bagi Ibu Hamil Melalui Penyuluhan dan Diskusi Interaktif untuk Pencegahan Stunting di Puskesmas Praya. *SAMBARA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 102–109. <https://doi.org/10.58540/sambarapkm.v4i1.1392>
- Hidamansyah, M., Jannah, R., Kulsum, U., & Fithriani, Z. W. (2025). Pentingnya Edukasi Gizi pada Ibu Hamil yang Mengalami Kekurangan Energi Kronik (KEK) di Desa Tamban Kec . Camplong Kab . Sampang. *Ardhi: Jurnal Pengabdian Dalam Negri*, 3(5). <https://doi.org/https://doi.org/10.61132/ardhi.v3i5.1474>
- Kemendes RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka*. Kementerian Kesehatan.
- Makripuddin, L., Roswandi, D. A., & Tazir, F. T. (2021). *Kebijakan dan Strategi Percepatan Penurunan Stunting di Indonesia*. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN).
- Marcelya, S., Aini, N., Jumirah, & Efendy, I. (2025). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kurang Energi Kronik (KEK) pada Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 8(2), 217–227.
- Rees, G., & Brough, L. (2025). Dietary Patterns and Nutrient Intake in Pregnancy and Lactation. *Nutrients* , 17(9), 7–10. <https://doi.org/10.3390/nu17091543>
- Suryani, D., Krisnasary, A., Pratiwi, B. A., & Yandrizal, Y. (2024). Pengaruh Peningkatan Pengetahuan tentang Gizi Ibu Hamil terhadap Outcome Kehamilan di Kota Bengkulu , Indonesia The Influence of Maternal Knowledge Increase about Pregnant Women ' s Nutrition on Pregnancy Outcomes in

Bengkulu City. *Amerta Nutrition* Vol., 8(3), 17–23.
<https://doi.org/10.20473/amnt.v8i3SP.2024.17-23>

Tania, N., Susanti, K., Alfa, W. Ek., & Tanberika, F. S. (2025). Efektifitas Pemberian Edukasi Nutrisi pada Ibu Hamil Dalam Meningkatkan Pengetahuan Tentang Status Gizi di Poskesdes Penampi Kabupaten Bengkalis. *Ensiklopedia of Journal*, 7(4), 59–67.