

# Pendidikan Kesehatan Tentang Masalah Status Gizi Ibu Hamil

<sup>1)</sup>Dian Soekmawaty Riezqy Ariendha\*, <sup>2)</sup>Irni Setyawati, <sup>3)</sup>Kusniyati Utami, <sup>4)</sup>Nurul Fatmawati, <sup>5)</sup>Hardaniyati.

<sup>1,2,4,5)</sup>Program Studi Kebidanan Program Sarjana, STIKES Yarsi Mataram, Mataram, Indonesia

<sup>3)</sup>Program Studi Keperawatan jenjang D3, STIKES Yarsi Mataram, Mataram, Indonesia

Email Corresponding: [diansoekmawaty.ra@gmail.com](mailto:diansoekmawaty.ra@gmail.com)\*

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
<p><b>Kata Kunci:</b> Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronik KEK Pendidikan Kesehatan Status Gizi</p>	<p>Masa kehamilan merupakan masa yang sangat menentukan kualitas sumber daya manusia di masa yang akan datang karena tumbuh kembang seorang anak ditentukan sejak janin berada dalam kandungan. Ibu hamil merupakan salah satu kelompok yang rentan terhadap masalah gizi seperti Kekurangan Energi Kronik (KEK). Salah satu cara untuk meningkatkan status gizi ibu hamil adalah memberikan edukasi tentang status gizi pada ibu hamil. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pemahaman ibu tentang status gizi pada ibu hamil sebagai salah satu upaya pencegahan KEK pada ibu hamil. Metode yang digunakan dalam tahap pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari 3 tahap Metode pengabdian ini menggunakan metode penyuluhan gizi terhadap ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Karang Pule yang berjumlah 30 orang. Adapun mitra dalam kegiatan ini yaitu bidan desa, kader dan tokoh masyarakat. Kegiatan ini dilakukan dalam tiga tahap. Tahap pertama yakni pemaparan, tahap kedua yakni pengukuran TB dan BB dan tahap ketiga yakni tanya jawab. Hasil: Hasil post test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, dengan 23 (76,6%) ibu hamil memiliki pengetahuan baik dan 23,3% ibu hamil memiliki pengetahuan cukup tentang gizi ibu hamil. Kesimpulan: Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan diharapkan dapat membuat ibu-ibu lebih memahami status gizi ibu hamil dan cara pencegahannya pada ibu hamil. Materi yang diberikan berupa pengetahuan tentang status gizi pada ibu hamil dan disampaikan secara lugas dan jelas. Masyarakat menjadi antusias dalam mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat mengingat besarnya manfaat yang dapat diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat.</p>
<p><b>Keywords:</b> Pregnant Chronic Energy Deficiency CED Health Education Nutritional Status</p>	<p><b>ABSTRACT</b></p> <p>Pregnancy is a period that greatly determines the quality of human resources in the future because the growth and development of a child is determined since the fetus is in the womb. Pregnant women are one of the groups that are vulnerable to nutritional problems such as Chronic Energy Deficiency (CED). One way to improve the nutritional status of pregnant women is to provide education about the nutritional status of pregnant women. The purpose of this community service activity is to improve mothers' understanding of the nutritional status of pregnant women as an effort to prevent CED in pregnant women. The method used in this community service stage consists of 3 stages. This service method uses a nutritional counseling method for pregnant women in the Karang Pule Health Center work area totaling 30 people. The partners in this activity are village midwives, cadres and community leaders. This activity is carried out in three stages. The first stage is presentation, the second stage is measuring TB and BB and the third stage is question and answer. Results: The post-test results showed an increase in knowledge, with 23 (76.6%) pregnant women having good knowledge and 23.3% of pregnant women having sufficient knowledge about the nutrition of pregnant women. Conclusion: The community service activities carried out are expected to make mothers better understand the nutritional status of pregnant women and how to prevent it in pregnant women. The material provided is in the form of knowledge about the nutritional status of pregnant women and is delivered in a straightforward and clear manner. The community is enthusiastic in participating in community service activities considering the great benefits that can be obtained from community service activities.</p> <p style="text-align: right;">This is an open access article under the <a href="https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/">CC-BY-SA</a> license.</p> 

## I. PENDAHULUAN

Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil merupakan suatu kondisi dimana ibu mengalami kekurangan makanan kronis yang menyebabkan gangguan kesehatan pada ibu hamil. Kekurangan Energi Kronis (KEK) merupakan salah satu penyebab tingginya angka kematian ibu dan bayi. World Health Organization (WHO) mencatat bahwa 40% kematian ibu di negara berkembang berkaitan dengan KEK (Musaddik et al., 2022). Kekurangan Energi Kronis dapat menyebabkan perdarahan dan dapat meningkatkan risiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah, KEK merupakan salah satu status gizi ibu hamil. (Mustika, N., & Lestari, 2019).

Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan global yang serius. Menurut WHO (2016), prevalensi KEK pada ibu hamil mencapai 30,1%. Pada tahun 2017 terjadi peningkatan menjadi 35-75%. Angka kejadian KEK di negara berkembang seperti Bangladesh, India, india, Myanmar, Nepal, Sri Lanka dan Thailand adalah 15-47%. Bangladesh merupakan negara dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis tertinggi (47%) dan terendah terdapat di Thailand (15%-25%), sedangkan Indonesia menduduki peringkat ke-4 terbesar (35%) (Fatimah, S., & Fatmasanti, 2019).

Menurut data Dirjen Kesehatan Masyarakat tahun 2021, ibu hamil di Nusa Tenggara Barat yang mengalami Kekurangan Energi Kronis sebanyak 12,9%. (R. Kemenkes, 2022). Angka ini menurun sebesar 8,6% dari tahun 2018. (R. Kemenkes, 2018) Meskipun kejadian Kekurangan Energi Kronis pada ibu hamil di NTB telah mencapai target yang diharapkan, namun masih merupakan masalah kesehatan masyarakat yang harus diselesaikan. (R. Kemenkes, 2022) (Marangoni et al., 2016)

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Lombok Barat tahun 2022, sekitar 1.866 ibu hamil menderita Kekurangan Energi Kronis. (Ditjen Kesehatan Masyarakat Tahun 2021., 2022) Angka ini mengalami peningkatan dibandingkan data Dinkes Lobar tahun 2021, yaitu 1.785 ibu hamil menderita Kekurangan Energi Kronis. Terdapat 5 kecamatan di Lombok Barat dengan presentase ibu hamil yang mengalami KEK tertinggi yaitu Kecamatan Gunungsari sebanyak 273 ibu hamil yang mengalami KEK, Kecamatan Gerung sebanyak 236 ibu hamil, Kecamatan Narmada sebanyak 228 ibu hamil, 3 Kecamatan Sekotong sebanyak 213 ibu hamil dan Kecamatan Lembar sebanyak 205 ibu hamil

Kekurangan Energi Kronis ditandai dengan Lingkar Lengan Atas (LILA) <23,5 cm. Cara mengukur Lingkar Lengan Atas dengan menggunakan pita LILA yaitu pengukuran dilakukan pada lengan kiri atau lengan yang tidak aktif. Pengukuran LILA dilakukan dilakukan pada bagian tengah antara pangkal lengan atas sampai ujung siku dalam satuan cm (sentimeter) (Noor, M. S., 2021). (Marangoni et al., 2016)

Kekurangan Energi Kronis pada ibu hamil dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor langsung dan tidak langsung (Mahirawati Vita Kartika, 2014). Faktor langsung penyebab KEK adalah asupan gizi dan penyakit/infeksi. Sedangkan faktor tidak langsung penyebab KEK adalah Usia, Paritas, Jarak Kehamilan, Pendidikan, Pekerjaan Keluarga dan lain-lain (Noor, M. S., 2021)

Kekurangan Energi Kronis pada ibu hamil dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor langsung dan tidak langsung (Marangoni et al., 2016). Faktor langsung penyebab KEK adalah asupan gizi dan penyakit/infeksi. Sedangkan faktor tidak langsung penyebab KEK adalah Usia, Paritas, Jarak Kehamilan, Pendidikan, Pekerjaan Keluarga dan lain-lain. Penelitian yang dilakukan oleh Harna, (2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status KEK dengan kejadian anemia pada ibu hamil (<0,005), Ibu hamil yang mengalami KEK memiliki risiko 3 kali lebih besar untuk mengalami anemia. Ibu hamil yang mengalami KEK memiliki berat badan dan cadangan energi yang berkurang. Salah satu penyebab anemia pada ibu hamil adalah ibu yang mengalami masalah gizi yaitu status gizi KEK yang disebabkan oleh asupan makanan yang tidak adekuat (Handayani, N., Yunola, S., & Indiani, 2021), (Naghashpour et al., 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Harna, (2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status KEK dengan kejadian anemia pada ibu hamil (<0,005), Ibu hamil yang mengalami KEK memiliki risiko 3 kali lebih besar untuk mengalami anemia. Ibu hamil yang mengalami KEK memiliki berat badan dan cadangan energi yang berkurang. Salah satu penyebab anemia pada ibu hamil adalah ibu yang mengalami masalah gizi yaitu status gizi KEK yang disebabkan oleh asupan makanan yang tidak adekuat (Kusumastuti, T., Putri, D. P., Eliza, C. P., & Hanifah, 2023). Sedangkan pada janin yang dikandung dapat mempengaruhi pertumbuhan janin dan berkontribusi terhadap risiko keguguran, abortus, lahir mati, kematian neonatal, cacat lahir, anemia pada bayi, asfiksia intrapartum, Intrauterine Fetal Death (IUFD) (Lestari et al., 2018) dan kelahiran bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). Bayi yang lahir dengan BBLR memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami kematian, kekurangan gizi, gangguan pertumbuhan, dan

gangguan perkembangan. (Putri, Y., Yulianti, S., Hilinti, Y., Umami, D. A., Rossita, T., Sulastri, M., ... & Nurjanah, 2022).

Upaya pemerintah dalam menanggulangi Kekurangan Energi Kronis pada ibu hamil adalah melalui Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal. Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting mengatur bahwa PMT berbahan pangan lokal untuk mendukung pencapaian indikator ibu hamil dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) dan Balita Gizi Buruk yang memperoleh asupan gizi tambahan. Tujuan dari PMT berbahan pangan lokal adalah untuk menurunkan Kekurangan Energi Kronis pada ibu hamil. Selain itu, Kementerian Kesehatan meluncurkan layanan baru bernama Chatbot Ayosehat yang merupakan kanal informasi edukasi kesehatan resmi Kementerian Kesehatan yang dapat diakses melalui aplikasi WhatsApp. Chatbot ini merupakan hasil kerja sama digital antara UNICEF dan Meta Indonesia. (Kemenkes RI, 2018).

Selain itu, Kementerian Kesehatan meluncurkan layanan baru bernama Chatbot Ayosehat yang merupakan kanal informasi edukasi kesehatan resmi Kementerian Kesehatan yang dapat diakses melalui aplikasi WhatsApp. Chatbot ini merupakan hasil kerja sama digital antara UNICEF dan Meta Indonesia (Kemenkes RI 2017, 2017). Upaya peningkatan pengetahuan tentang nutrisi diantaranya adalah Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan informasi-informasi pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bias melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan serta terjadi peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan sikap Tujuan dari penyuluhan kesehatan adalah tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara kesehatan, berperan aktif mewujudkan kesehatan yang optimal sesuai hidup sehat baik fisik, mental dan sosial. Metode yang digunakan dalam memberikan penyuluhan adalah metode ceramah yang merupakan suatu cara dalam menerangkan dan menjelaskan suatu ide, pengertian atau pesan secara lisan kepada kelompok sasaran. Metode ceramah dapat diselingi dengan pertanyaan-pertanyaan menggunakan alat peraga, baik langsung maupun tiruan serta melakukan demonstrasi untuk menerangkan konsep yang dijelaskan dan melakukan gaya ceramah yang bervariasi. Pemberian penyuluhan tentang nutrisi pada ibu hamil yang dilakukan ibu hamil diharapkan memberikan pengaruh baik dan meningkatkan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan. Salah satu untuk menentukan status gizi menggunakan pengukuran LILA. Dengan adanya pengukuran LILA

Oleh karena itu perlu diadakannya penyuluhan tentang gizi ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Karang Pule. Selain diberikan pendidikan tentang gizi ibu hamil, akan dilakukan pemeriksaan BB dan TB pada ibu hamil untuk menentukan IMT dan mengidentifikasi apakah ibu hamil mengalami KEK atau tidak. Adapun tujuan dari kegiatan pengabdian ini yaitu pencegahan KEK pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Pule melalui pendidikan gizi. Dengan adanya kegiatan ini diharapkan dapat mengidentifikasi ibu hamil KEK dan meningkatkan pengetahuan serta pemahaman tentang gizi ibu hamil

Mengingat besarnya masalah dan dampak yang ditimbulkan, sebagai upaya promotif dan preventif perlu dilakukan Pendidikan kesehatan tentang masalah status gizi ibu hamil.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan pengabdian dengan judul "Pendidikan kesehatan tentang gizi pada ibu hamil".

## II. MASALAH

Masalah dalam pengabdian ini adalah masih kurangnya pengetahuan ibu tentang status gizi pada ibu hamil, perlunya peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang gizi ibu hamil agar dapat mencegah terjadinya masalah baik pada ibu hamil dan janin. Ibu hamil salah satu kelompok rentan. Masalah kesehatan hamil masih tinggi, terutama status gizi. Permasalahan status gizi berdampak terhadap penurunan daya tahan tubuh dan produktivitas. Pemberian makanan tambahan merupakan salah satu program kesehatan untuk menekan kasus Kekurangan energi kronik pada ibu hamil. Fakta dilapangan menunjukkan kurangnya pengetahuan tentang makanan sumber protein, karbohidrat menjadi penyebab tingginya kejadian KEK serta dampaknya serta kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi ibu hamil untuk mencegah kekurangan energi kronik. Oleh karena itu, tim pengabdian menawarkan solusi terkait permasalahan tersebut dengan cara memberikan pendidikan kesehatan tentang masalah status gizi ibu hamil.

## III. METODE

Mitra pengabdian masyarakat ini adalah Kepala Desa Kecamatan Jempong Baru, Kecamatan Sekarbela, Kota Mataram. Metode pelaksanaan pengabdian ini terdiri dari dua tahap. Tahap pertama adalah merencanakan kegiatan yang akan dilakukan dan tahap kedua adalah pelaksanaan kegiatan pengabdian berupa solusi yang telah disetujui oleh Kepala Desa Kelurahan Jempong Baru Sekarbela, Kota Mataram. Solusi yang ditawarkan adalah memberikan edukasi kesehatan mengenai status gizi ibu hamil. Kegiatan ini terdiri dari beberapa tahap yaitu pretest, pelaksanaan edukasi kesehatan, dan posttest. Kegiatan dilaksanakan selama 1 hari yaitu memberikan edukasi kesehatan tentang penanganan anemia yang dilaksanakan pada tanggal 1 Desember 2024 bersamaan dengan kegiatan Posyandu dengan sasaran kelompok ibu hamil. Kegiatan pelaksanaan pengabdian terdiri dari tiga tahap.

Tahap pengabdian masyarakat ini terdiri dari 3 tahap. Tahap pertama yaitu tahap pretest, dimana tim pengabdian membagikan kuesioner kepada 30 orang peserta ibu hamil. selanjutnya menggunakan alat dan bahan pengukuran TB dan BB. Alat dan bahan yang digunakan untuk pengukuran TB dan BB antara lain Timbangan berat badan dan Microtoise.

Setelah selesai melakukan kegiatan pretest, tim pengabdi memberikan materi edukasi kesehatan selama 15 menit dan dilanjutkan dengan tanya jawab. Media yang digunakan adalah LCD, leaflet dan laptop, dengan menggunakan Microsoft Power Point yang berisi materi disertai gambar agar peserta mudah memahami materi yang disampaikan.

Kegiatan peningkatan pemahaman melalui program edukasi kesehatan mengenai gizi pada ibu hamil di Kelurahan Jempong Baru Kecamatan Sekarbela Kota Mataram dengan jumlah peserta 30 orang ibu hamil.

#### IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menghasilkan, tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan tentang ibu hamil.

Peningkatan pengetahuan ibu hamil, penyuluhan kesehatan status gizi pada ibu hamil. Tahap pre-test Kegiatan pelaksanaan pengabdian terdiri dari tiga tahap. Tahap pertama yaitu tahap pre-test, dimana tim pengabdian menyebarkan kuesioner kepada 30 orang partisipan. Pada tahap pertama, tim pengabdian menyebarkan kuesioner mengenai status gizi pada ibu hamil yang berjumlah 30 orang ibu hamil yang berisi 20 pertanyaan.



Gambar 1. Kegiatan PkM

Dari kegiatan pretest didapatkan 10 ibu hamil memiliki pemahaman baik, (33,4%) memiliki pengetahuan baik dan 20 ibu hamil (66,6%) memiliki pengetahuan cukup tentang pemanfaatan daun kelor untuk mencegah anemia pada ibu hamil.

Pengabdian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Lestari CI, 2020, pendidikan gizi dapat meningkatkan pengetahuan untuk pencegahan KEK pada ibu hamil dengan metode pemberian edukasi pada ibu hamil.

##### a. Tahap Brainstorming

Setelah selesai melakukan kegiatan pretest, tim pengabdi memberikan materi edukasi kesehatan selama 15 menit dan dilanjutkan dengan tanya jawab. Media yang digunakan adalah leaflet dan PPT yang berisi materi disertai gambar agar peserta mudah memahami materi yang disampaikan. Peserta sangat antusias mengikuti kegiatan ini, terlihat dari banyaknya peserta yang bertanya dan menjawab saat diberikan

pertanyaan. Sebanyak 5 pertanyaan yang diajukan dapat dijawab dengan mudah oleh peserta. Pertanyaan dalam kuis disusun berdasarkan materi pada sesi edukasi yang dikemas dalam bentuk video animasi. Begitu pula saat memasuki sesi tanya jawab, sebanyak 3 orang ibu hamil memberikan tanggapan dengan menanyakan kepada pemateri tentang kondisi status gizi ibu hamil.

b. Tahap post test

Tahap selanjutnya adalah tahap post test, pada tahap ini tim pengabdian kembali membagikan angket tentang status gizi pada ibu hamil sebanyak 20 pertanyaan. Hasil post test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, dengan 23 orang (76,6%) ibu hamil memiliki pengetahuan baik dan 23,3% ibu hamil memiliki pengetahuan cukup. Pendidikan kesehatan pada ibu hamil terbukti dapat menurunkan kejadian kekurangan gizi pada kehamilan. KIE pada ibu hamil selalu diberikan pada setiap posyandu atau setiap kontrol kehamilan ke pelayanan kesehatan namun juga menekankan pentingnya konseling, informasi dan edukasi.

Upaya peningkatan pengetahuan tentang gizi antara lain adalah penyuluhan kesehatan yaitu suatu kegiatan edukasi yang dilakukan dengan cara menyebarluaskan informasi pesan, menanamkan rasa percaya diri, agar masyarakat sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan mampu melaksanakan anjuran yang berkaitan dengan kesehatan dan meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap (Notoatmodjo, 2012)

Pendidikan kesehatan memberikan pengetahuan yang diperlukan untuk memperoleh perilaku dan kebiasaan baru dalam ilmu kesehatan. Masa kehamilan merupakan momen yang baik untuk mengembangkan pengetahuan dan pola hidup yang baik dalam kesehatan. Oleh karena itu, kelompok ibu hamil berkumpul untuk mendapatkan promosi kesehatan mengenai perawatan ibu hamil dan kebutuhan ibu hamil secara terpadu. Partisipasi dalam mengikuti penyuluhan dan Pendidikan Kesehatan dalam kelompok untuk memperoleh pendidikan kesehatan tentang kebutuhan dan gizi ibu hamil (Marangoni et al., 2016).

## V. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan yang dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang ibu hamil. Ibu hamil memahami pengertian anemia pada kehamilan, keluhan yang sering dialami ibu, perubahan fisik dan emosional pada ibu hamil, pemeriksaan kehamilan, pelayanan kesehatan pada ibu hamil, hal-hal yang sebaiknya ibu hindari selama masa kehamilan. Ibu hamil yang mengikuti penyuluhan mengetahui dan memahami tentang pengertian daun kelor untuk mengatasi anemia kehamilan yang ditunjukkan dengan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu setelah diberikan penyuluhan dan diskusi. Materi yang diberikan merupakan pengetahuan tentang daun kelor untuk mengatasi masalah anemia pada ibu hamil dan disampaikan secara langsung dan jelas sesuai dengan tingkat pendidikan masyarakat di Kelurahan Jempong Baru Kecamatan Sekarbela Kota Mataram pada tanggal 1 Desember 2024.

Selain itu juga dibuka forum diskusi tanpa batasan pertanyaan. Hal ini menyebabkan masyarakat menjadi lebih antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan. Mengingat besarnya manfaat yang dapat diperoleh dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, maka kegiatan pembinaan yang komprehensif juga perlu dilakukan setiap bulannya agar dapat terus mengontrol dan memonitoring kegiatan penyuluhan yang telah dilaksanakan sebelumnya.

Upaya peningkatan pengetahuan tentang gizi antara lain adalah penyuluhan kesehatan yaitu suatu kegiatan edukasi yang dilakukan dengan cara menyebarluaskan informasi pesan, menanamkan rasa percaya diri, agar masyarakat sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan mampu melaksanakan anjuran yang berkaitan dengan kesehatan dan meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap (Notoatmodjo, 2012)

Pendidikan kesehatan memberikan pengetahuan yang diperlukan untuk memperoleh perilaku dan kebiasaan baru dalam ilmu kesehatan. Masa kehamilan merupakan momen yang baik untuk mengembangkan pengetahuan dan pola hidup yang baik dalam kesehatan. Oleh karena itu, kelompok ibu hamil berkumpul untuk mendapatkan promosi kesehatan mengenai perawatan ibu hamil dan kebutuhan ibu hamil secara terpadu. Partisipasi dalam mengikuti penyuluhan dan Pendidikan Kesehatan dalam kelompok untuk memperoleh pendidikan kesehatan tentang kebutuhan dan gizi ibu hamil (Marangoni et al., 2016).

Pengabdian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Lestari CI, 2020, pendidikan gizi dapat meningkatkan pengetahuan untuk pencegahan KEK pada ibu hamil.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada pemberi INKES Yarsi Mataram. Ucapan terima kasih dapat juga disampaikan kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan kegiatan Pengabdian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Fatimah, S., & Fatmasanti, A. U. (2019). Hubungan Antara Umur, Gravida Dan Usia Kehamilan Terhadap Resiko Kurang Energi Kronis (Kek) Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 14(3), 271–274. <https://doi.org/10.35892/jikd.v14i3.248>
- Handayani, N., Yunola, S., & Indiani, P. L. N. (2021). Hubungan Umur Ibu, Paritas Dan Jarak Kehamilan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (Kek) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Agung Kabupaten Muara Enim Tahun 2020. *Jurnal Doppler*, 5(2), 163.
- Kemkes RI 2017. (2017). *Kenali Diare pada Anak dan Cara Pencegahannya*. <http://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/tips-sehat/20170403/4620310/kenali-diare-anak-dan-cara-pencegahannya/>.
- Kemkes RI, 2018. (2018). Laporan\_Nasional\_RKD2018\_FINAL.pdf. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* (p. 674). Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan. [http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan\\_Nasional\\_RKD2018\\_FINAL.pdf](http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf)
- Kemkes, R. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *kemkes RI* (p. hal 156).
- Kemkes, R. (2022). *DITJEN KESEHATAN MASYARAKAT TAHUN 2021*.
- Ditjen Kesehatan Masyarakat Tahun 2021., (2022).
- Kusumastuti, T., Putri, D. P., Eliza, C. P., & Hanifah, A. N. (2023). Kek Pada Ibu Hamil : Faktor Risiko Dan Dampak. *Journal.Universitaspahlawan*, 4, 2719–2726.
- Lestari, S., Fujiati, I. I., Keumalasari, D., Daulay, M., Martina, S. J., & Syarifah, S. (2018). The prevalence of anemia in pregnant women and its associated risk factors in North Sumatera, Indonesia. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 125(1). <https://doi.org/10.1088/1755-1315/125/1/012195>
- Marangoni, F., Cetin, I., Verduci, E., Canzone, G., Giovannini, M., Scollo, P., Corsello, G., & Poli, A. (2016). Maternal diet and nutrient requirements in pregnancy and breastfeeding. An Italian consensus document. *Nutrients*, 8(10), 1–17. <https://doi.org/10.3390/nu8100629>
- Musaddik, Putri, L. A. R., & M, H. I. (2022). Hubungan Sosial Ekonomi dan Pola Makan dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Nambo Kota Kendari. *Jurnal Gizi Ilmiah*, 9(2), 20.
- Mustika, N., & Lestari, R. (2019). Hubungan Variasi Menu Makanan Dengan Minat Sarapan Pagi Pada Siswa Kelas IV Di SDN 11 Rujukan Lubuk Buaya Tahun 2019. 2(1). *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*, 2(1), 47–49. <https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/PSKP/article/view/373>
- Naghashpour, M., Shakerinejad, G., Lourizadeh, M. R., Hajinajaf, S., & Jarvandi, F. (2014). Nutrition education based on health belief model improves dietary calcium intake among female students of junior high schools. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 32(3), 420–429.
- Noor, M. S., et al. (2021). *Buku ajar kekurangan energi kronik (KEK)* (57th ed.).
- Putri, Y., Yulianti, S., Hilinti, Y., Umami, D. A., Rossita, T., Sulastri, M., ... & Nurjanah, N. A. L. (2022). *Buku Ajar Fisiologi Kehamilan, Persalinan, Nifas, dan Bayi Baru Lahir*. NEM.