

Pemberdayaan Ibu Hamil Trimester III Melalui Honey Mung Boost Berbasis Pangan Lokal Menjelang Persalinan

¹⁾Anik Purwati*, ²⁾Retno Dewi Prisusanti, ³⁾Maria Veronika Widiatrilupi, ⁴⁾Rhenda Ainkarisma Ifyan,

⁵⁾Sayyidaty Lailatul Jannah, ⁶⁾Nelma Bin Hatim, ⁷⁾Nawwal

^{1,2,3,4,5,6,7)}Sarjana Kebidanan, ITS RS. Dr. Soepraoen Malang, Indonesia

Email Corresponding: anikasyda@itsk-soepraoen.ac.id

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Kata Kunci: Pemberdayaan Ibu Hamil Honey Mung Boost Pangan Fungsional Pangan Lokal Kesiapan Persalinan	Rendahnya pengetahuan dan keterampilan ibu hamil trimester III mengenai pemanfaatan pangan lokal bergizi sebagai sumber energi menjelang persalinan masih menjadi permasalahan di masyarakat. Kondisi ini berdampak pada kurang optimalnya kesiapan fisik ibu dalam menghadapi proses persalinan. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan memberdayakan ibu hamil trimester III melalui edukasi dan pelatihan pembuatan Honey Mung Boost sebagai pangan fungsional berbasis pangan lokal. Kegiatan dilaksanakan di Desa Banjararum, Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang dengan melibatkan 12 ibu hamil trimester III. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan interaktif, demonstrasi, praktik langsung pembuatan Honey Mung Boost, pendampingan, serta evaluasi menggunakan pre-test, post-test, dan observasi keterampilan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta, ditandai dengan meningkatnya kategori pengetahuan baik dari 8,3% menjadi 41,7%, sedangkan kategori pengetahuan kurang menurun dari 50% menjadi 8,3%. Seluruh peserta juga mampu mempraktikkan pembuatan Honey Mung Boost secara mandiri menggunakan bahan pangan lokal yang mudah diperoleh. Program ini meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya pemenuhan energi menjelang persalinan serta mendorong pemanfaatan pangan lokal sebagai alternatif pangan fungsional yang praktis, bergizi, dan berkelanjutan untuk mendukung kesiapan persalinan.
	ABSTRACT
Keywords: Empowerment of Pregnant Women Honey Mung Boost Functional food Local food Birth Preparedness	The limited knowledge and skills of third-trimester pregnant women regarding the utilization of nutritious local foods as an energy source before childbirth remain a significant community health issue. This condition may reduce maternal physical readiness for labor and delivery. This community service program aimed to empower third-trimester pregnant women through education and hands-on training in the preparation of Honey Mung Boost, a functional food based on locally available ingredients. The program was conducted in Banjararum Village, Singosari District, Malang Regency, involving 12 third-trimester pregnant women. The intervention employed interactive health education, demonstrations, hands-on practice in preparing Honey Mung Boost, mentoring, and evaluation through pre-tests, post-tests, and skills observation. The results demonstrated an improvement in participants' knowledge, with the proportion of participants in the good knowledge category increasing from 8.3% to 41.7%, while those in the poor knowledge category decreased from 50.0% to 8.3%. Furthermore, all participants were able to independently prepare Honey Mung Boost using locally available food ingredients. The program successfully enhanced participants' knowledge, practical skills, and awareness of the importance of adequate energy intake before childbirth, while promoting the use of local food resources as a practical, nutritious, and sustainable functional food to support birth preparedness.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



I. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan periode yang membutuhkan pemenuhan energi dan zat gizi yang optimal untuk mendukung pertumbuhan janin, menjaga kesehatan ibu, serta mempersiapkan proses persalinan. Menjelang persalinan, kebutuhan energi meningkat karena kontraksi uterus yang efektif memerlukan cadangan energi yang cukup. Secara ideal, ibu hamil trimester III memiliki pengetahuan yang baik mengenai kebutuhan

3472

nutrisi, mampu memanfaatkan pangan lokal bergizi, serta menerapkan pola konsumsi yang mendukung kesiapan fisik menghadapi persalinan. Namun, kondisi tersebut belum sepenuhnya tercapai di Masyarakat (*World Health Organization*, 2023).

Di Indonesia, masalah gizi pada ibu hamil masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi anemia pada ibu hamil masih tergolong tinggi dan berkaitan dengan meningkatnya risiko perdarahan, persalinan prematur, serta bayi berat lahir rendah. Selain itu, Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil juga masih ditemukan akibat rendahnya asupan energi dan zat gizi selama kehamilan. Kondisi tersebut menyebabkan ibu lebih mudah mengalami kelelahan sehingga dapat memengaruhi kelancaran proses persalinan. Rendahnya pengetahuan mengenai pemenuhan nutrisi selama kehamilan juga menjadi salah satu faktor yang memperburuk kondisi tersebut (Silalahi, 2025).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa asupan energi yang tidak adekuat selama kehamilan masih menjadi masalah di negara berkembang. Kondisi ini berkontribusi terhadap meningkatnya risiko anemia, kelelahan, serta gangguan dalam proses persalinan (Agustina et al., 2023). Selain itu, rendahnya pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya pemenuhan energi menjelang persalinan serta kurangnya pemanfaatan pangan lokal bergizi turut memperburuk kondisi tersebut. Edukasi nutrisi yang tepat terbukti dapat meningkatkan kesiapan fisik ibu dalam menghadapi persalinan serta memperbaiki luaran kehamilan (Khammarnia et al., 2024). Oleh karena itu, diperlukan upaya intervensi yang tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga keterampilan praktis ibu hamil dalam memenuhi kebutuhan energi secara mandiri. Edukasi berbasis masyarakat dengan pendekatan partisipatif terbukti lebih efektif dalam meningkatkan perubahan perilaku kesehatan dibandingkan metode konvensional (UNICEF, 2022). Studi terbaru menunjukkan bahwa pemanfaatan pangan lokal dapat menjadi strategi efektif dalam meningkatkan status gizi ibu hamil secara berkelanjutan (FAO, 2022).

Dalam konteks ini, inovasi “Honey Mung Boost” merupakan kombinasi kacang hijau (*Vigna radiata*) dan madu yang berpotensi sebagai sumber energi praktis bagi ibu hamil menjelang persalinan. Kacang hijau mengandung karbohidrat kompleks, protein, zat besi, dan vitamin B yang berperan dalam metabolisme energi serta pencegahan anemia selain itu, kacang hijau mengandung protein sekitar 20–25% yang bermanfaat sebagai sumber protein nabati (Rismayani, Widyaningsih sari, Elvina ade, 2024). Sedangkan, madu mengandung glukosa dan fruktosa yang mudah diserap tubuh sehingga mampu menyediakan energi secara cepat (Wulan & Vindralia, 2021). Penelitian menunjukkan bahwa konsumsi karbohidrat kompleks yang dikombinasikan dengan gula sederhana dapat meningkatkan ketersediaan energi secara lebih stabil dan efektif.

Kombinasi kedua bahan tersebut menjadikan *Honey Mung Boost* sebagai alternatif nutrisi yang efektif untuk meningkatkan stamina ibu selama proses persalinan. Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil dalam pemanfaatan *Honey Mung Boost* sebagai pangan fungsional untuk meningkatkan energi menjelang persalinan. Solusi yang ditawarkan berupa edukasi dan pelatihan pembuatan produk berbasis bahan lokal yang sederhana, praktis, dan mudah diaplikasikan oleh masyarakat. Diharapkan melalui kegiatan ini, ibu hamil dapat lebih siap secara fisik dalam menghadapi persalinan, memiliki kesadaran yang lebih baik terhadap pentingnya pemenuhan energi, serta mampu memanfaatkan pangan lokal sebagai sumber nutrisi yang berkelanjutan. Selain itu, kegiatan ini juga diharapkan dapat mendorong pemberdayaan perempuan dalam bidang kesehatan dan ekonomi melalui pengolahan pangan fungsional yang bernilai gizi dan ekonomis.

Hasil observasi awal dan wawancara dengan bidan desa serta ibu hamil trimester III di Desa Banjararum, Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang, menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil sebanyak 6 orang (50%) dari 12 ibu hamil belum mengetahui jenis pangan lokal yang dapat dimanfaatkan sebagai sumber energi menjelang persalinan. Konsumsi makanan tambahan masih didominasi produk komersial, sementara bahan pangan lokal seperti kacang hijau dan madu belum dimanfaatkan secara optimal. Selain itu, belum pernah dilaksanakan pelatihan praktik pembuatan pangan fungsional berbasis bahan lokal bagi ibu hamil di wilayah tersebut. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan ibu hamil akan sumber energi yang mudah diperoleh dengan kemampuan masyarakat dalam mengolah pangan lokal menjadi produk yang praktis dan bergizi.

Berbagai penelitian telah melaporkan bahwa edukasi gizi mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil, sedangkan pemanfaatan pangan lokal berkontribusi terhadap perbaikan status gizi dan ketahanan pangan

keluarga (Agustina et al., 2023; Khammarnia et al., 2024). Namun, sebagian besar kegiatan sebelumnya masih berfokus pada penyuluhan atau pemberian informasi mengenai gizi selama kehamilan. Belum banyak program pengabdian yang mengintegrasikan edukasi, pelatihan praktik, dan pendampingan pembuatan pangan fungsional berbasis pangan lokal berupa *Honey Mung Boost* sebagai upaya meningkatkan kesiapan energi ibu hamil menjelang persalinan. Kebaruan program ini terletak pada pemanfaatan kombinasi kacang hijau dan madu sebagai pangan fungsional yang mudah dibuat, menggunakan bahan lokal yang terjangkau, serta disertai pendampingan sehingga peserta mampu memproduksi secara mandiri.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan program pemberdayaan melalui edukasi, pelatihan, dan pendampingan pemanfaatan *Honey Mung Boost* sebagai pangan fungsional berbasis pangan lokal. Program ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kemandirian ibu hamil trimester III dalam memenuhi kebutuhan energi menjelang persalinan, sekaligus mendukung upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan kesiapan persalinan di tingkat masyarakat.

II. MASALAH

Desa Banjararum, Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang merupakan salah satu wilayah yang memiliki cukup banyak ibu hamil dan aktif mengikuti kegiatan pelayanan kesehatan seperti posyandu maupun pemeriksaan kehamilan. Hasil observasi awal dan wawancara dengan bidan desa serta ibu hamil trimester III di Desa Banjararum, Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang, menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil sebanyak 6 orang (50%) dari 12 ibu hamil belum mengetahui jenis pangan lokal yang dapat dimanfaatkan sebagai sumber energi menjelang persalinan. Banyak ibu hamil yang belum memahami pentingnya asupan nutrisi dan energi yang cukup pada akhir masa kehamilan untuk membantu menjaga kondisi tubuh tetap optimal saat proses persalinan. Selain itu, beberapa ibu hamil juga mengeluhkan mudah lelah, penurunan nafsu makan, serta pola makan yang belum sesuai dengan kebutuhan gizi selama kehamilan. Kondisi ini dapat memengaruhi kesiapan fisik ibu ketika menghadapi persalinan dan berisiko menyebabkan kelelahan selama proses melahirkan.

Permasalahan lain yang ditemukan yaitu masih rendahnya pemanfaatan bahan pangan lokal yang sebenarnya mudah diperoleh dan memiliki kandungan gizi yang baik. Sebagian masyarakat belum mengetahui bahwa kacang hijau dan madu dapat dimanfaatkan sebagai alternatif makanan atau minuman fungsional untuk membantu meningkatkan energi ibu hamil. Padahal, kedua bahan tersebut cukup mudah diolah, bernilai gizi tinggi, dan dapat dikonsumsi secara praktis. Melihat kondisi tersebut, diperlukan kegiatan edukasi dan pelatihan yang dapat membantu meningkatkan pengetahuan serta keterampilan ibu hamil dalam memenuhi kebutuhan energi menjelang persalinan. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan melalui penyuluhan dan praktik pembuatan "*Honey Mung Boost*" sebagai minuman fungsional berbahan dasar kacang hijau dan madu yang mudah dibuat, bergizi, serta dapat diterapkan secara mandiri oleh ibu hamil di rumah.



Gambar 1. Kegiatan edukasi pemanfaatan *Honey Mung Boost* pada ibu hamil trimester III

III. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 17 April 2026 di Desa Banjararum, Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang, dengan sasaran 12 ibu hamil trimester III. Kegiatan ini melibatkan tim pengabdian yang terdiri dari 1 dosen pembimbing, 2 dosen pendamping, 4 mahasiswa kebidanan, serta didukung oleh bidan wilayah dan kader kesehatan setempat.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pendekatan edukatif dan partisipatif, yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta melalui keterlibatan aktif dalam setiap rangkaian kegiatan. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa metode, yaitu ceramah interaktif mengenai kebutuhan energi ibu hamil menjelang persalinan, demonstrasi pembuatan Honey Mung Boost, praktik langsung oleh peserta, serta diskusi dan tanya jawab.

Tahapan pelaksanaan kegiatan terdiri dari tiga tahap utama, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan pihak terkait, penyusunan materi edukasi, serta persiapan alat dan bahan yang digunakan dalam kegiatan. Tahap pelaksanaan dilakukan melalui penyampaian materi, demonstrasi, dan praktik langsung oleh peserta dengan pendampingan dari tim pengabdian. Tahap evaluasi dilakukan melalui pemberian pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta, serta observasi keterampilan dalam pembuatan Honey Mung Boost.

Teknik analisis yang digunakan dalam kegiatan ini bersifat deskriptif, yaitu dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test serta mengamati perubahan keterampilan peserta sebelum dan sesudah kegiatan. Selain itu, dilakukan evaluasi partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung. Indikator keberhasilan kegiatan ini meliputi peningkatan pengetahuan peserta mengenai kebutuhan energi ibu hamil menjelang persalinan, peningkatan keterampilan dalam pembuatan Honey Mung Boost, serta partisipasi aktif peserta selama kegiatan. Kegiatan ini diharapkan mampu memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesiapan fisik ibu hamil dalam menghadapi persalinan.

Instrumen evaluasi terdiri atas dua jenis. Pertama, kuesioner pre-test dan post-test yang berisi 10 pertanyaan pilihan ganda mengenai kebutuhan energi ibu hamil trimester III, manfaat pangan lokal, kandungan gizi *Honey Mung Boost*, serta cara penyajian yang benar. Nilai diberikan dengan skor 1 untuk jawaban benar dan 0 untuk jawaban salah, kemudian dikonversi menjadi persentase. Tingkat pengetahuan dikategorikan menjadi baik ($\geq 76\%$), cukup ($56-75\%$), dan kurang ($\leq 55\%$). Kedua, lembar observasi keterampilan yang digunakan selama praktik pembuatan *Honey Mung Boost*. Aspek yang dinilai meliputi: (1) ketepatan pemilihan bahan, (2) ketepatan takaran bahan, (3) ketepatan proses pembuatan, (4) kebersihan dan keamanan pangan (higienitas dan sanitasi), serta (5) ketepatan penyajian produk. Masing-masing aspek dinilai menggunakan skala 1–4 (1 = tidak mampu, 2 = cukup mampu, 3 = mampu, dan 4 = sangat mampu). Peserta dinyatakan terampil apabila memperoleh skor minimal 80% dari total skor maksimum.

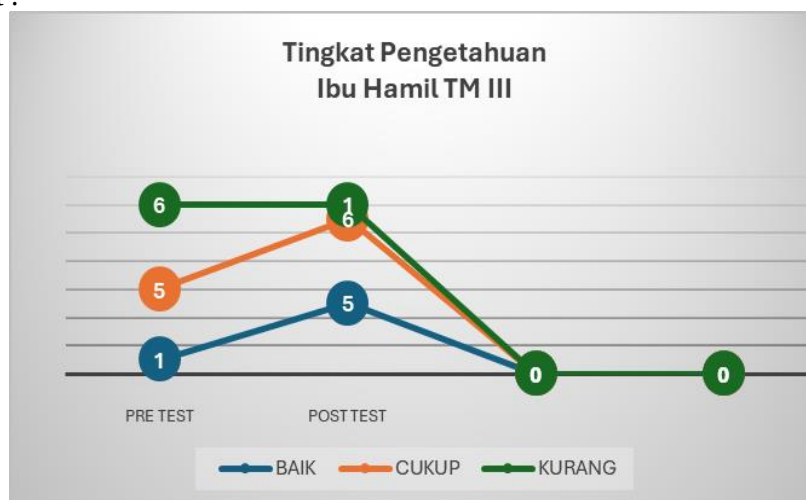
Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif. Data pengetahuan dianalisis dengan menghitung nilai rata-rata, persentase, serta selisih hasil pre-test dan post-test untuk menggambarkan peningkatan pengetahuan peserta setelah intervensi. Data keterampilan dianalisis berdasarkan persentase peserta yang mencapai kategori terampil sesuai hasil observasi praktik. Selain itu, tingkat partisipasi peserta dihitung berdasarkan kehadiran, keterlibatan dalam diskusi, dan keikutsertaan selama praktik.

Indikator keberhasilan program ditetapkan secara terukur, yaitu: (1) minimal 80% peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan; (2) terjadi peningkatan rata-rata nilai pengetahuan minimal 20% antara pre-test dan post-test; (3) minimal 80% peserta mencapai kategori terampil dalam pembuatan *Honey Mung Boost* berdasarkan lembar observasi; dan (4) minimal 80% peserta menyatakan mampu memanfaatkan *Honey Mung Boost* secara mandiri sebagai pangan fungsional untuk mendukung pemenuhan energi menjelang persalinan. Pencapaian indikator tersebut diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesiapan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diikuti oleh 12 ibu hamil trimester III yang menunjukkan antusiasme tinggi selama kegiatan berlangsung. Tingginya partisipasi peserta mencerminkan adanya kebutuhan masyarakat terhadap edukasi kesehatan, khususnya terkait pemenuhan nutrisi menjelang persalinan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa kekurangan asupan nutrisi pada ibu hamil masih menjadi masalah di berbagai negara berkembang dan berpengaruh terhadap luaran kehamilan serta persalinan (Figa et al., 2024).

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai pentingnya pemenuhan energi selama kehamilan, terutama pada trimester akhir. Peningkatan ini terlihat dari kemampuan peserta dalam menjelaskan kembali materi yang diberikan. Temuan ini menunjukkan bahwa metode edukasi interaktif efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa intervensi edukasi nutrisi dapat meningkatkan kualitas asupan energi ibu hamil serta berdampak pada perbaikan luaran kehamilan (Khammarnia et al., 2024). Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga menunjukkan adanya peningkatan keterampilan peserta dalam pengolahan pangan fungsional. Peserta mampu mempraktikkan pembuatan Honey Mung Boost secara mandiri melalui metode demonstrasi dan praktik langsung. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif memberikan pengalaman belajar yang lebih efektif. Secara teoritis, pembelajaran berbasis praktik (*experiential learning*) mampu meningkatkan keterampilan karena peserta terlibat langsung dalam proses belajar sehingga terjadi internalisasi pengetahuan menjadi tindakan nyata. Berikut ini dapat dilihat pada tabel tentang tingkat pengetahuan ibu hamil TM III pre tes dan post test :



Gambar 2. grafik pre test dan post test

Berdasarkan grafik di atas untuk pengukuran tingkat Pengetahuan Ibu hamil sebanyak 12 orang didapatkan data pada saat pre test dan post test. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan responden setelah intervensi, ditandai dengan meningkatnya kategori “baik” dari 1 orang (8,3%) menjadi 5 orang (41,7%) serta menurunnya kategori “kurang” 6 orang (50%) menjadi 1 orang (8,3%). Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman responden.

Dari aspek perilaku, peserta menunjukkan peningkatan kesadaran terhadap pentingnya konsumsi makanan bergizi selama kehamilan. Perubahan ini terlihat dari meningkatnya partisipasi aktif peserta serta komitmen dalam menerapkan pola makan sehat. Hal ini didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa pola makan selama kehamilan memiliki hubungan langsung dengan luaran persalinan, termasuk berat badan lahir dan risiko komplikasi (Tareke et al., 2024). Selain itu, penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa manajemen energi selama persalinan memiliki peran penting dalam mendukung kelancaran proses persalinan. Ibu dengan asupan energi yang adekuat memiliki kondisi fisik yang lebih baik dan risiko kelelahan yang lebih rendah selama proses persalinan (Yao et al., 2025).

Dengan demikian, program pengabdian ini berhasil mencapai indikator keberhasilan yang telah ditetapkan, yaitu 100% peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan, terjadi peningkatan kategori pengetahuan baik dari 1 orang (8,3%) menjadi 5 orang (41,7%), peningkatan peserta yang memiliki keterampilan baik dalam pembuatan *Honey Mung Boost* dari 2 orang (16,7%) menjadi 11 orang (91,7%), serta meningkatnya partisipasi aktif peserta selama proses edukasi dan praktik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang dipadukan dengan demonstrasi, praktik langsung, dan pendampingan efektif dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesiapan ibu hamil trimester III dalam memanfaatkan pangan lokal sebagai sumber energi menjelang persalinan.



Gambar 3. Praktik pembuatan Honey Mung Boost oleh peserta

Kegiatan ini juga memberikan dampak dalam aspek pemberdayaan perempuan. Peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan kesehatan, tetapi juga keterampilan yang berpotensi dikembangkan menjadi usaha berbasis rumah tangga. Hal ini menunjukkan bahwa program pengabdian tidak hanya berdampak pada peningkatan kesehatan, tetapi juga memiliki nilai ekonomi yang dapat meningkatkan kesejahteraan keluarga. Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa Honey Mung Boost dapat menjadi alternatif pangan fungsional yang praktis, bergizi, dan mudah diterapkan oleh masyarakat. Kandungan karbohidrat kompleks dari kacang hijau serta gula sederhana dari madu memberikan kombinasi sumber energi yang efektif untuk meningkatkan stamina ibu hamil menjelang persalinan. Hal ini sejalan dengan konsep bahwa asupan makronutrien yang adekuat selama kehamilan berperan penting dalam menyediakan energi bagi ibu dan mendukung proses persalinan yang optimal. Dengan demikian, program ini dinilai berhasil mencapai indikator yang telah ditetapkan, yaitu peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan partisipasi aktif peserta, serta memberikan kontribusi terhadap kesiapan ibu hamil dalam menghadapi persalinan.



Gambar 4. Foto bersama peserta dan tim pengabdian masyarakat

V. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui edukasi, pelatihan, dan pendampingan pemanfaatan Honey Mung Boost sebagai pangan fungsional berbasis pangan lokal berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan, yaitu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran ibu hamil trimester III dalam memenuhi kebutuhan energi menjelang persalinan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 100% peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Tingkat pengetahuan peserta mengalami peningkatan, ditandai dengan meningkatnya kategori pengetahuan baik dari 8,3% menjadi 41,7%, sedangkan kategori kurang menurun dari 50,0% menjadi 8,3% setelah diberikan intervensi. Selain itu, keterampilan peserta dalam membuat Honey Mung Boost juga meningkat, ditunjukkan oleh peningkatan peserta yang mencapai kategori terampil dari 16,7% menjadi 91,7% berdasarkan hasil observasi praktik. Peningkatan tersebut diikuti dengan meningkatnya kesadaran peserta untuk memanfaatkan pangan lokal sebagai sumber energi yang praktis, bergizi, dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari sebagai bagian dari persiapan menghadapi persalinan.

Program ini tidak hanya memberikan manfaat pada aspek kesehatan melalui peningkatan kesiapan fisik ibu hamil menjelang persalinan, tetapi juga memperkuat pemberdayaan masyarakat dengan membekali

peserta keterampilan mengolah pangan lokal yang berpotensi dikembangkan sebagai produk pangan fungsional bernilai ekonomi. Oleh karena itu, program serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan melalui pendampingan berkala oleh tenaga kesehatan, kader, dan pemerintah desa, serta diperluas ke wilayah lain dengan jumlah peserta yang lebih besar. Selain itu, diperlukan evaluasi jangka panjang untuk menilai keberlanjutan penerapan *Honey Mung Boost* terhadap perubahan perilaku konsumsi, status gizi ibu hamil, dan luaran persalinan sehingga manfaat program dapat dibuktikan secara lebih komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih disampaikan kepada Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Kebidanan ITSK RS. Dr. Soepraoen Malang yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan.

Terima kasih juga disampaikan kepada bidan wilayah, kader kesehatan, serta seluruh ibu hamil di Desa Banjararum Kecamatan Singosari Kabupaten Malang yang telah berpartisipasi aktif selama kegiatan berlangsung. Selain itu, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh tim pengabdian dan mahasiswa yang telah membantu proses persiapan, pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan sehingga program ini dapat berjalan dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, R., Rianda, D., Lasepa, W., Birahmatika, F. S., Stajic, V., & Mufida, R. (2023). *Nutrient intakes of pregnant and lactating women in Indonesia and Malaysia: Systematic review and meta-analysis*. <https://doi.org/10.3389/fnut.2023.1030343> OPEN
- FAO. (2022). *Food-based nutrition strategies*. <https://www.fao.org>
- Figa, Z., Temesgen, T., Mahamed, A. A., & Bekele, E. (2024). The effect of maternal undernutrition on adverse obstetric outcomes among women who attend antenatal care in Gedeo zone public hospitals: Cohort study design. *BMC Nutrition*, 10(1), Article 64. <https://doi.org/10.1186/s40795-024-00870-w>
- Khammarnia, M., Moghaddam, A. A., & Govahi, F. (2024). Maternal macronutrient and energy intake during pregnancy : a systematic review and meta - analysis. *BMC Public Health*, 1–19. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-17862-x>
- Rismayani, Widyaningsih sari, Elvina ade, M. F. A. (2024). PENGARUH PEMBERIAN JUS KACANG HIJAU PADA IBU HAMIL ANEMIA TRIMESTER III TERHADAP KENAIKANKADAR HEMOGLOBIN. *Jurnal Kebidanan Besurek*, 9(2), 19–26.
- Silalahi, R. M. (2025). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Risiko Kurang Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil di Indonesia (Analisis Data Lanjut dari Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023)* [Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia]. <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail?id=138256>
- Tareke, A. A., Melak, E. G., Mengistu, B. K., Hussien, J., & Molla, A. (2024). Association between maternal dietary diversity during pregnancy and birth outcomes: Evidence from a systematic review and meta-analysis. *BMC Nutrition*, 10(1), Article 151. <https://doi.org/10.1186/s40795-024-00960-9>
- UNICEF. (2022). *Maternal nutrition report*. <https://www.unicef.org>
- World Health Organization. (2023). *Maternal nutrition guidelines*. <https://www.who.int>
- Wulan, S. R. I., & Vindralia, M. (2021). Pengaruh pemberian jus kacang hijau dan madu terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil. 3(2). <https://doi.org/10.35451/jkf.v3i2.610>
- Yao, L., Meiling, H., Yun, C., Haishan, L., Ziyang, J., Zhongyan, C., & Jinzhu, Y. (2025). Status of energy management during childbirth : an observational study. *BMC Pregnancy and Childbirth*. <https://doi.org/10.1186/s12884-025-07172-4>