

Article

PENGARUH KONSELING GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU HAMIL TENTANG GIZI SEIMBANG DI POSYANDU KELURAHAN ROGOTRUNAN LUMAJANG

Siti Nurviki Hasanah¹, Tutik Ekasari², Nova Hikmawati³

^{1,2,3} Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Hafshawaty Zainul Hasan Probolinggo

SUBMISSION TRACK

Received: September 08, 2026
Final Revision: September 19, 2026
Available Online: September 29, 2026

KEYWORDS

Nutritional Counseling, Knowledge, Attitude, Balanced Nutrition, Pregnant Women.

CORRESPONDENCE

E-mail :
vickyzahrazainulansyah@gmail.com

ABSTRACT

Good knowledge and supportive attitudes toward fulfilling balanced nutrition can improve the health of pregnant women and fetal development. One of the efforts that can be made to improve the knowledge and attitudes of pregnant women is through nutritional counseling. This study aimed to examine the effect of nutritional counseling on the knowledge and attitudes of pregnant women regarding balanced nutrition at Posyandu Rogotrunan Village, Lumajang. This study used a Pre-Experimental design with a One Group Pretest-Posttest Design approach. The sample consisted of 30 respondents selected using random sampling technique. Data were collected using questionnaires and analyzed with a significance level of $\alpha = 0.05$. The results showed that after receiving nutritional counseling, most respondents had good knowledge, namely 22 respondents (73.3%). Most pregnant women also showed positive attitudes after counseling, namely 24 respondents (80.0%). The Wilcoxon test results showed a knowledge p-value of 0.000 and an attitude p-value of 0.001, indicating that p-value < 0.05. Nutritional counseling can improve knowledge and form positive attitudes among pregnant women in fulfilling balanced nutritional needs during pregnancy, thereby improving the health status of both mother and fetus.

I. INTRODUCTION

Masalah gizi adalah kondisi di mana tubuh tidak mendapatkan nutrisi yang cukup atau tidak seimbang, sehingga dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan. Beberapa contoh masalah gizi antara lain Kekurangan Gizi dimana tubuh tidak mendapatkan nutrisi yang cukup, seperti protein, vitamin, dan mineral. Kelebihan gizi dimana tubuh mendapatkan nutrisi yang berlebihan, seperti gula, lemak, dan garam. Malnutrisi adalah kondisi di mana tubuh tidak dapat menyerap nutrisi dengan baik.

Masalah gizi dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti pola makan yang tidak Seimbang yaitu mengonsumsi makanan yang tidak seimbang, seperti makanan yang tinggi gula, lemak, dan garam. Kekurangan Akses Makanan yaitu tidak memiliki akses ke makanan yang bergizi dan seimbang. Dan Penyakit, beberapa penyakit dapat menyebabkan masalah gizi, seperti diabetes, kanker, dan penyakit ginjal. Masalah gizi dapat berdampak pada kesehatan, seperti kelelahan dimana tubuh kekurangan energi

dan stamina. Penurunan kekebalan dimana tubuh tidak dapat melawan infeksi dengan baik. Gangguan masalah gizi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan (Pratiwi & Hamidiyanti, 2020)

Penting untuk memiliki pola makan yang seimbang dan bergizi untuk menjaga kesehatan dan mencegah masalah gizi. Gizi yang baik menjadi fondasi utama dalam mencetak generasi yang sehat, cerdas, dan produktif. Namun realita di lapangan menunjukkan bahwa ibu hamil dan balita masih menjadi kelompok yang sangat rentan mengalami kekurangan gizi.

Masalah gizi di dunia masih menjadi perhatian serius. Berdasarkan data terbaru Survey Status Gizi Indonesi (Supariasa, 2021) beberapa negara dengan jumlah penduduk kurang gizi terbanyak adalah India sebesar 194,4 juta orang (14,1% populasi), Cina sebesar 121,4 juta orang (8,6% populasi), Pakistan sebesar 40 juta orang (17,6% populasi), Nigeria sebesar 25,6 juta orang (12,5% populasi), Bangladesh sebesar 24,2 juta orang (14,8% populasi) dan Indonesia sebesar 22 juta orang (8,1% populasi) (Kemenkes, 2020)

Di Indonesia, prevalensi stunting pada balita telah menurun menjadi 19,8% pada tahun 2024, melampaui target Bappenas sebesar 20,1%. Namun, masih ada tantangan besar untuk menurunkan angka stunting menjadi 14,2% pada tahun 2029. Perubahan iklim dan pola makan yang tidak seimbang juga menjadi faktor yang mempengaruhi masalah gizi di dunia. Oleh karena itu, perlu adanya upaya bersama untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi dan memperbaiki pola makan masyarakat.

Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi wasting pada balita mencapai 8,5%, sementara stunting berada di angka 21,5%. Di sisi lain, prevalensi risiko Kurang Energi Kronis (KEK) pada wanita usia subur tercatat sebesar 20,6%, dan pada ibu hamil sebesar 16,9%. Tak hanya itu, anemia pada ibu hamil juga masih menjadi masalah besar dengan prevalensi mencapai 27,7%. Di Kabupaten Lumajang Angka Prevalensi Persentase Ibu Hamil KEK berada di kisaran 9,2% hingga 10,5%, (Lumajang, 2025)

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah diajukan peneliti tanggal 17 Februari

2026 ke Dinas Kesehatan Kabupaten Lumajang yang memberikan izin untuk pengambilan data ke Puskesmas Rogotrunan dan dari Puskesmas Rogotrunan memberikan izin ke Posyandu Kelurahan Rogotrunan Lumajang. Didapatkan data untuk ibu hamil yang KEK per Desember 2025 yg ada di posyandu kelurahan Rogotrunan sebanyak total 10 orang, antara lain di RW 10 sebanyak 3 orang, RW 3 sebanyak 1 orang, RW 5 sebanyak 2 orang, RW 4 sebanyak 1 orang, RW 13 sebanyak 1 orang, RW 11 sebanyak 1 orang, dan RW 12 sebanyak 1 orang.

Data Balita stunting per Desember 2025 di posyandu kelurahan Rogotrunan sebanyak 12 anak antara lain yaitu 3 anak usia 1th dan sisanya usia diatas 2th (sangat pendek sebanyak 2 anak dan pendek sebanyak 10 anak). Data terbaru Per Januari 2026 Balita kurang gizi sebanyak 10 anak, anantara lain yaitu semuanya usia diatas 1 tahun (gizi buruk 1 anak dan gizi kurang 9 anak).

Permasalahan gizi yang masih terus menerus ada ini tidak berdiri sendiri. Ada banyak faktor penyebab, baik langsung maupun tidak langsung. Di antaranya adalah rendahnya asupan makanan bergizi Karena kurang pengetahuan menyiapkan menu makanan dengan gizi seimbang, seringnya terinfeksi penyakit, pola asuh yang belum optimal, hingga faktor sosial ekonomi dan keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan. Berdasarkan Survei Diet Total (SDT, 2024) hampir 49% balita di Indonesia memiliki asupan energi kurang dari 100% kebutuhan hariannya, dan 6,8% bahkan sangat kurang. Sementara itu, sekitar 23,6% balita memiliki asupan protein yang kurang, dan keberagaman makanan juga masih menjadi tantangan. Pada kelompok ibu hamil, hasil (SDT, 2024) menunjukkan lebih dari separuh mengalami asupan energi dan protein yang sangat rendah.

Dinegara berkembang termasuk Indonesia masalah kesehatan masyarakat yang utama yaitu masalah gizi. Penyebab kematian ibu dan anak secara tidak langsung yang sebenarnya masih dapat dicegah, di masa kehamilan zat gizi diperlukan untuk pertumbuhan organ reproduksi (Mohsen et al., 2022).Kebutuhan gizi yang tinggi harus dimiliki oleh ibu hamil, sehingga jika pola makan yang tidak teratur

dan mengkonsumsi makanan yang tidak berkualitas menyebabkan ibu hamil mengalami kekurangan gizi (Azwar, 2021). WHO Merekomendasikan dukungan untuk ibu hamil yaitu dengan makan makanan yang sehat dan seimbang untuk mencegah kekurangan gizi (UNICEF, 2021)

Penentuan status gizi yang lain diperhatikan juga dari menghitung IMT pada ibu hamil, yang gizinya normal apabila mempunyai IMT dengan kriteria Indeks Massa Tubuh (IMT) pra hamil atau trimester pertama di bawah $18,5 \text{ kg/m}^2$, atau Lingkar Lengan Atas (LiLA) kurang dari 23,5 cm (Kemenkes, 2020). Asupan gizi pada Ibu hamil yang tidak terpenuhi dan tidak cukup selama kehamilan dapat mengganggu pertumbuhan janin, yang disebabkan oleh kurangnya edukasi melalui konseling sebagai salah satu tindakan preventif untuk meningkatkan pengetahuan kualitas asupan nutrisi selama kehamilan. Salah satu upaya dalam memberikan konseling gizi dibutuhkan pendidikan gizi yang mampu didapatkan oleh individu atau masyarakat agar masalah kesehatan dan gizi yang dialami dapat teratasi (Wawan & Dewi, 2019). Usaha atau kegiatan dalam membantu individu, kelompok dan masyarakat dengan menerapkan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan kemampuan baik pengetahuan dan perilaku agar mencapai hidup yang sehat secara optimal. Menggunakan metode yang tepat dalam memberikan pendidikan merupakan proses yang penting agar tercapai tujuan yang diharapkan. Menurut (Permatasari et al., 2021) Bahwa dalam memberikan pendidikan dengan berbagai metode akan lebih efektif untuk meningkatkan pengetahuan bagi masyarakat khususnya ibu hamil. Metode yang digunakan selama ini dalam memberikan pendidikan kesehatan yaitu dengan metode tatap muka atau konseling.

Pengetahuan ibu hamil terkait dalam meningkatkan kesehatannya ialah melalui konseling yang didapatkan (Pratiwi & Hamidiyanti, 2020) Oleh karena itu, sangat penting bagi ibu hamil untuk memperoleh konseling dengan mudah mengenai pemenuhan gizi yang cukup. Metode konseling berupa pendidikan kesehatan adalah pendekatan yang paling baik untuk digunakan dalam menolong individu didalam mengatasi masalah kesehatannya. Secara

umum konseling juga bertujuan agar ibu hamil mengetahui masalah kekurangan gizi selama kehamilannya. Diharapkan dampak dari konseling adalah peningkatan pengetahuan gizi dan perilaku ibu hamil tentang gizi seimbang selama hamil karena masih banyak di temukan terjadi di beberapa posyandu ibu hamil dengan gizi yang kurang, kebanyakan makan untuk sekedar kenyang dan tidak memperhatikan anjuran penyajian menu sesuai pada program isi piringku. Posyandu sebagai tempat paling dekat dengan rumah ibu hamil dan tidak dipungut biaya sehingga banyak memunculkan minat untuk mengikuti konseling dan ilmu tentang gizi seimbang yang diberikan.

Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang gizi seimbang, serta meningkatkan akses ke layanan kesehatan dan gizi yang memadai. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang gizi seimbang adalah melalui edukasi gizi dan konseling gizi. Dengan demikian, peneliti disini ingin menganalisis pengaruh konseling gizi terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang gizi seimbang di Posyandu Kelurahan Rogotrunan Lumajang. Yang membedakan penelitian ini dengan penelitian lainnya adalah bila penelitian lain menjelaskan tentang konseling secara umum pada penelitian ini berfokus pada konseling gizi.

II. METHODS

Penelitian ini menggunakan desain Pre - Experimental dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel sebanyak 30 Responden yang diambil menggunakan Teknik random sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan kemudian di analisis menggunakan uji *Wilcoxon*.

III. RESULT

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan konseling gizi sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik setelah diberikan konseling gizi sebanyak 22 responden (73,3%). Sikap ibu hamil setelah diberikan konseling gizi sebagian besar memiliki sikap

positif sebanyak 24 responden (80,0%). Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai *p-value* pengetahuan sebesar 0,000 dan nilai *p-value* sikap sebesar 0,001, sehingga *p-value* < 0,05.

Tabel 1 Tingkat Pengetahuan Sebelum Diberikan Konseling Gizi Seimbang Pada Ibu Hamil di Posyandu Kelurahan Rogotrunan

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Prosentase
Baik	5	16,7
Cukup	10	33,3
Kurang	15	50,0
Jumlah	30	100

Dari hasil tabel 1 diketahui bahwa sebelum diberikan konseling gizi, Separuh responden memiliki Tingkat Pengetahuan kurang yaitu sebanyak 15 responden (50,0%).

Tabel 2 Tingkat Pengetahuan sesudah diberikan konseling gizi seimbang pada ibu hamil di Posyandu Kelurahan Rogotrunan Lumajang

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Prosentase
Baik	22	73,3
Cukup	7	23,3
Kurang	1	3,4
Jumlah	30	100

Dari hasil tabel 2 diketahui bahwa setelah diberikan konseling gizi, sebagian besar responden memiliki Tingkat pengetahuan baik sebanyak 22 responden (73,3%).

Tabel 3 Sikap Sebelum Diberikan Konseling Gizi Seimbang Pada Ibu Hamil di Posyandu Kelurahan Rogotrunan Lumajang

Sikap	Frekuensi	Prosentase
Positif	12	40,0
Negatif	18	60,0
Jumlah	30	100

Dari hasil tabel 3 diketahui bahwa sebelum diberikan konseling gizi, sebagian besar responden memiliki sikap negatif terhadap gizi seimbang selama kehamilan yaitu sebanyak 18 responden (60,0%).

Tabel 4 Sikap Sesudah Diberikan Konseling Gizi Seimbang Pada Ibu Hamil di Posyandu Kelurahan Rogotrunan Lumajang

Sikap	Frekuensi	Prosentase
Positif	24	80,0
Negatif	6	20,0
Jumlah	30	100

Dari hasil tabel 4 diketahui bahwa sesudah diberikan konseling gizi, Sebagian besar responden memiliki sikap positif terhadap penerapan gizi seimbang selama kehamilan yaitu sebanyak 24 responden (80,0%).

Tabel 5 Pengaruh Konseling Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil di Kelurahan Rogotrunan Lumajang

Variabel	Mean Rank	<i>p-value</i>
Pengetahuan Pre – test	56,89	
Pengetahuan Post – test	76,46	0,000

Berdasarkan hasil penelitian pada 30 responden menunjukkan bahwa nilai Mean Rank pengetahuan post – test (76,46) lebih besar dibandingkan nilai Mean Rank pengetahuan pre – test (56,89). Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah diberikan konseling gizi. Berdasarkan Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai *P Value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$) sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh konseling gizi terhadap pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang di Posyandu Kelurahan Rogotrunan Lumajang.

Tabel 6 Pengaruh Konseling Gizi Seimbang Terhadap Sikap Ibu Hamil di Kelurahan Rogotrunan Lumajang

Variabel	Mean Rank	<i>p-value</i>
Sikap Pre – test	49,4	
Sikap Post – test	55	0,001

Berdasarkan hasil penelitian pada 30 responden menunjukkan bahwa nilai Mean Rank sikap post – test (55) lebih besar dibandingkan nilai Mean Rank sikap pre – test (49,4). Hal ini menunjukkan bahwa terjadi perubahan sikap ibu hamil setelah diberikan konseling gizi. Berdasarkan Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai *P*

Value sebesar 0,001 ($p < 0,05$) sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh konseling gizi terhadap sikap ibu hamil tentang gizi seimbang di Posyandu Kelurahan Rogotrunan Lumajang.

IV. Discussion

1. Pengetahuan Ibu Hamil Sesudah Diberikan Konseling Gizi Seimbang di Posyandu Kelurahan Rogotrunan Lumajang

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan konseling gizi, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 22 responden (73,3%).

Konseling gizi merupakan proses komunikasi dua arah yang bertujuan membantu individu memahami pentingnya pemenuhan gizi sesuai kebutuhan sehingga mampu mengambil keputusan yang tepat terkait perilaku makan sehat (Kemenkes, 2020). Pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan seseorang terhadap suatu objek melalui pancaindra yang dipengaruhi oleh pendidikan, usia, pengalaman, pekerjaan, dan akses informasi.

Semakin sering seseorang memperoleh informasi kesehatan, maka semakin baik tingkat pengetahuan yang dimilikinya. Informasi yang diberikan melalui konseling dapat meningkatkan pemahaman seseorang terhadap suatu masalah Kesehatan (Notoatmodjo, 2021a).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rika et al., 2023) yang menunjukkan bahwa konseling gizi mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil secara signifikan. Penelitian lain oleh (Pratiwi & Hamidiyanti, 2020) juga menunjukkan bahwa pemberian konseling gizi secara terstruktur dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai kebutuhan zat gizi selama kehamilan.

Menurut peneliti, peningkatan pengetahuan terjadi karena selama proses konseling ibu hamil memperoleh informasi yang jelas mengenai kebutuhan gizi selama kehamilan, jenis makanan bergizi seimbang, manfaat zat gizi bagi ibu dan janin, serta dampak kekurangan gizi. Konseling dilakukan secara langsung sehingga

responden dapat bertanya dan memperoleh penjelasan yang lebih mudah dipahami. Selain itu, sebagian besar responden berada pada usia reproduksi sehat (20 – 35 tahun) dan berpendidikan SMA sehingga lebih mudah menerima informasi yang diberikan..

2. Sikap ibu hamil sesudah diberikan konseling gizi seimbang di Posyandu Kelurahan Rogotrunan Lumajang

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki sikap positif sebanyak 24 responden (80,0%).

Sikap merupakan respons tertutup seseorang terhadap suatu objek yang melibatkan aspek kognitif, afektif, dan konatif. Sikap dipengaruhi oleh pengalaman pribadi, budaya, media massa, pendidikan, serta pengetahuan yang dimiliki seseorang (Azwar, 2021)

Semakin baik pengetahuan seseorang terhadap suatu objek maka semakin besar kemungkinan terbentuk sikap yang positif terhadap objek tersebut. Dalam konteks kehamilan, pengetahuan yang baik mengenai gizi seimbang dapat mendorong ibu hamil untuk memiliki sikap yang lebih positif terhadap perilaku konsumsi makanan bergizi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh (Almatsier, 2021) yang menyatakan bahwa konseling gizi memberikan pengaruh positif terhadap sikap ibu hamil dalam memenuhi kebutuhan nutrisi selama kehamilan. Penelitian oleh (Azwar, 2021) juga menunjukkan bahwa terjadi peningkatan sikap positif ibu hamil setelah mendapatkan edukasi dan konseling gizi.

Menurut peneliti, perubahan sikap ibu hamil terjadi karena peningkatan pengetahuan yang diperoleh setelah mengikuti konseling gizi. Informasi yang diterima membuat responden lebih memahami pentingnya pemenuhan gizi seimbang sehingga timbul kesadaran dan kemauan untuk menerapkan pola makan sehat selama kehamilan. Selain itu, metode konseling yang bersifat interaktif membuat responden lebih mudah menerima dan meyakini informasi yang diberikan dibandingkan hanya menerima informasi secara pasif.

3. Pengaruh konseling gizi seimbang terhadap pengetahuan dan sikap ibu

hamil di Posyandu Kelurahan Rogotrunan Lumajang

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh pengetahuan dan sikap dari 30 responden menunjukkan bahwa sebelum diberikan konseling gizi tingkat pengetahuan ibu yang baik hanya sebanyak 5 responden (16,7%) dan menunjukkan sikap positif hanya sebanyak 12 responden (40,0%) sebaliknya setelah diberikan konseling gizi terdapat peningkatan pengetahuan yang baik menjadi 22 responden (73,3%) dan peningkatan sikap positif sebanyak 24 responden (80,0%). Tidak terdapat responden yang mengalami penurunan pengetahuan maupun sikap setelah diberikan konseling gizi. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan konseling gizi.

Konseling gizi merupakan salah satu bentuk pendidikan kesehatan yang bertujuan mengubah perilaku melalui peningkatan pengetahuan dan pembentukan sikap positif. Menurut teori perubahan perilaku kesehatan, peningkatan pengetahuan merupakan tahap awal yang akan memengaruhi sikap, kemudian mendorong terbentuknya perilaku kesehatan yang lebih baik (Rojhani et al., 2021)

Penelitian oleh (Retni et al., 2021) menunjukkan bahwa konseling gizi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil terkait gizi seimbang. Hasil penelitian tersebut memperkuat temuan bahwa konseling gizi merupakan metode edukasi yang efektif dalam meningkatkan kualitas kesehatan ibu hamil.

pengetahuan dan sikap ibu hamil disebabkan oleh adanya komunikasi dua arah antara konselor dan responden. Konseling memungkinkan ibu hamil memperoleh informasi yang sesuai dengan kebutuhannya sehingga pesan yang diberikan lebih mudah dipahami dan diterapkan. Dengan meningkatnya pengetahuan dan sikap positif, diharapkan ibu hamil mampu menerapkan pola makan gizi seimbang yang dapat mendukung kesehatan ibu dan pertumbuhan janin secara optimal.

V. CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pengaruh Konseling Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil tentang Gizi Seimbang di Posyandu Kelurahan Rogotrunan Lumajang, dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 22 responden (73,3%).
2. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar menunjukan sikap positif terhadap penerapan gizi seimbang selama kehamilan sebanyak 24 responden (80,0%).
3. Ada Pengaruh Konseling Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil di Posyandu Kelurahan Rogotrunan Lumajang. Nilai P Value pengetahuan sebesar 0,000 dan nilai P Value sikap sebesar 0,001 sehingga ($p < 0,05$).

REFERENCES

- Almatsier, S. 2021. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Arikunto, S. 2021. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Azwar, S. 2021. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Pustaka Pelajar.
- Indonesia, K. K. R. 2020. *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2020-2024*. Kementerian Kesehatan RI.
- Lumajang, D. K. K. 2025. *Profil Kesehatan Kabupaten Lumajang Tahun 2024*. Dinas Kesehatan Kabupaten Lumajang.
- Mohsen, H., Sacre, Y., Hanna-Wakim, L., & Hoteit, M. 2022. Nutrition and Food Literacy in the MENA Region: A Review to Inform Nutrition Research and Policy Makers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16). <https://doi.org/10.3390/ijerph191610190>
- Notoatmodjo, S. 2021a. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2021b. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Organization, W. H. 2021. *WHO Recommendations on Antenatal Care for a Positive Pregnancy Experience*. WHO.
- Permatasari, T. A. E., Rizqiya, F., Kusumaningati, W., Suryaalamsah, I. I., & Hermiwahyoeni, Z. 2021. The Effect of Nutrition and Reproductive Health Education of Pregnant Women in Indonesia Using Quasi Experimental Study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 21(1), 1–16. <https://doi.org/10.1186/s12884-021-03676-x>
- Pratiwi, I. G., & Hamidiyanti, Y. F. 2020. Gizi dalam Kehamilan Studi Literatur. *Jurnal Gizi Prima (Prime Nutrition Journal)*, 5(1), 20. <https://doi.org/10.32807/jgp.v5i1.171>
- Retni, R., Margawati, A., & Widjanarko, B. 2021. Pengaruh status gizi dan asupan gizi ibu terhadap berat bayi lahir rendah pada kehamilan usia remaja. *Jurnal Gizi Indonesia*, 5(1), 14–19. <https://doi.org/10.14710/jgi.5.1.14-19>
- Rika, S., Kiftiah, M., & Martha, S. 2023. Penerapan Finite covering Dalam Pemilihan Bahan Makanan Bagi Ibu Hamil. *BIMASTER*, 6(1), 19–28.
- Rojhani, A., Ouyang, P., Gullon-Rivera, A., & Dale, T. M. 2021. Dietary quality of pregnant women participating in the special supplemental nutrition program for women, infants, and children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(16). <https://doi.org/10.3390/ijerph18168370>
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Supariasa, I. D. N. 2021. *Pendidikan dan Konseling Gizi*. EGC.
- Syari, M., Serudji, J., & Mariati, U. 2021. Peran Asupan Zat Gizi Makronutrien Ibu Hamil terhadap Berat Badan Lahir Bayi di Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(3), 729–736. <https://doi.org/10.25077/jka.v4i3.355>
- UNICEF. 2021. *Counselling to Improve Maternal Nutrition*. UNICEF.
- Wawan, A., & Dewi, M. 2019. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan Sikap dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika.
- Yimer, B., & Wolde, A. 2022. Prevalence and predictors of malnutrition during adolescent pregnancy in southern Ethiopia. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12884-022-04460-1>
- Yismaw, W. S., & Teklu, T. S. 2022. Nutritional practice of pregnant women in Buno Bedele zone Ethiopia. *Reproductive Health*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12978-022-01390-1>
- Zhou, Y., Lyu, Y., Zhao, R., Shi, H., Ye, W., Wen, Z., & Xu, Y. 2022. Development and Validation of Nutrition Literacy Assessment Instrument for Chinese Pregnant Women. *Nutrients*, 14(14). <https://doi.org/10.3390/nu14142863>