

PENINGKATAN KESEHATAN IBU HAMIL MELALUI EDUKASI STATUS GIZI, GAYA HIDUP SEHAT DAN PEMERIKSAAN KEHAMILAN

Siti Mudlikah

Fakultas Kesehatan, Program Studi Profesi Bidan, Universitas Muhammadiyah Gresik
mudlikah@umg.ac.id

Abstract

The maternal health during pregnancy can be significantly influenced by factors such as nutritional status and lifestyle, which in turn can have a profound impact on fetal health. Insufficient knowledge regarding the nutritional requirements of pregnant women can lead to inadequate nutritional intake, thereby posing a risk of complications that could potentially endanger the lives of both the mother and the fetus. Daily lifestyle habits, including strenuous activities and irregular sleep patterns, can cause discomfort and health issues for both the mother and the fetus.

Community service programs aim to enhance the knowledge of pregnant women through education about nutritional status, healthy lifestyle, and prenatal health checks. The program employs two primary methods: 1) Education about nutritional status and a healthy lifestyle, conducted twice, with the objective of enhancing the knowledge of pregnant women. 2) Assistance in prenatal checks following the 10 T standard, also conducted twice, with the objective of improving maternal health.

The community service activities resulted in an increase in knowledge from 86.7% with inadequate knowledge to 53.4% with good knowledge and 33.3% with adequate knowledge. Health checks of pregnant women revealed that 53% were in good health, while 47% were in less than optimal health.

In conclusion, the provision of education about nutritional status and lifestyle resulted in an increased level of knowledge among mothers, which is expected to improve the health status of pregnant women.

Keywords: Education, Prenatal Check, Health, Pregnant Women.

Abstrak

Kesehatan ibu hamil dapat dipengaruhi oleh status gizi dan gaya hidup yang berdampak pada kondisi kesehatan janin. Pengetahuan yang kurang tentang konsumsi asupan nutrisi ibu hamil menyebabkan kurangnya pemenuhan kebutuhan nutrisi yang beresiko menimbulkan komplikasi yang dapat mengancam jiwa ibu dan janin. Gaya hidup kebiasaan sehari-hari yang baik seperti: aktivitas berat, tidur tidak teratur dapat menimbulkan ketidak nyaman dan gangguan kesehatan ibu dan janin didalam kandungan. Tujuan kegiatan program pengabdian masyarakat yaitu upaya untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil melalui edukasi tentang status gizi, gaya hidup sehat dan pemeriksaan kesehatan ibu hamil.

Metode yang digunakan ada dua cara yaitu pemberian edukasi yaitu 1) pemberian Edukasi tentang status gizi, gaya hidup sehat, dilakukan sebanyak 2 kali, bertujuan untuk meningkat pengetahuan ibu hamil 2) Pendampingan dalam pemeriksaan kehamilan dengan standar 10 T dilakukan sebanyak 2 kali, bertujuan untuk meningkatkan kesehatan ibu hamil.

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat diketahui adanya peningkatan pengetahuan dari pengetahuan kurang dari sebesar 86.7% menjadi pengetahuan baik sebanyak 53,4% dan pengetahuan cukup sebesar 33,3%. Dari hasil pemeriksaan ibu hamil diperoleh kesehatan baik 53% dan kesehatan kurang baik sebanyak 47%.

Kesimpulan tingkat pengetahuan ibu meningkat setelah diberikan edukasi tentang status gizi dan gaya hidup diharapkan dapat meningkatkan status kesehatan ibu hamil.

Keywords: Edukasi, Pemeriksaan Kehamilan, Kesehatan, Ibu Hamil.

PENDAHULUAN

Status kesehatan masyarakat dipengaruhi oleh empat factor meliputi: lingkungan 40%, perilaku 30%, pelayanan kesehatan 20% dan genetic 10% (Syahrir, 2022). Kesehatan ibu hamil menentukan janin dapat tumbuh dan perkembangan janin didalam kandungan (Suryanti et al., 2020). Ibu hamil lebih rentan mengalami gangguan kesehatan dibandingkan wanita yang tidak hamil (Restuti et al., 2020). Faktor kesehatan ibu hamil dipengaruhi oleh status kesehatan, status gizi dan gaya hidup (Kemenkes RI, 2022). Penilaian kesehatan ibu hamil dilakukan dengan cara pemeriksaan kehamilan secara rutin dipelayanan kesehatan meliputi: pemeriksaan fisik, pemeriksaan USG dan pemeriksaan laboratorium rutin (KemenKes RI, 2022). Pemeriksaan kesehatan ini selama hamil dilakukan minimal enam kali meliputi: pemeriksaan trimester pertama sebanyak 2 kali, trimester dua sebanyak 2 kali dan trimester tiga sebanyak 2 kali serta ibu hamil harus kontak dengan dokter sebanyak dua kali pada trimester pertama dan trimester tiga. Status kesehatan ibu hamil dilakukan dengan memberikan pelayanan pemeriksaan kehamilan dengan standar 10 T meliputi: Timbang berat badan dan tinggi badan, ukur tekanan darah, Nilai status gizi (ukur LILA), ukur tinggi fundus uteri, menentukan prestasi janin dan detak jantung janin, Imunisasi, pemberian tablet Fe, periksa laboratorium, penatalaksanaan, dan temu wicara (Kemenkes RI, 2022)

Faktor status gizi ibu hamil merupakan kebutuhan nutrisi yang harus terpenuhi selama hamil secara optimal karena kebutuhan gizi terjadi

peningkatan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin didalam kandungan (Mudlikah et al., 2022). Status gizi ibu hamil di nilai dari kenaikan berat badan normalnya lebih kenaikan berat badan lebih dari 9 kg selama hamil dan ukuran lingkaran lengan normalnya < 23,5 cm (Wigianita et al., 2020). Status gizi kurang berdampak terjadi kekurangan energy kalori (KEK) beresiko melahirkan bayi berat lahir rendah (BBLR), premature, gangguan pertumbuhan dan perkembangan penyebab kematian bayi (Sagitarini, et al., 2021). Status gizi juga dapat menimbulkan komplikasi selama ibu hamil seperti: anemia, pre eklamsi, perdarahan dan komplikasi persalinan (Restuti et al., 2020).

Faktor psikologi mempengaruhi kondisi fisik kesehatan ibu hamil, dimana terjadi perubahan emosional selama hamil akibat peningkatan hormone ekstrojen dan progesteron yang memicu ibu hamil mudah cemas, mudah marah dan stress yang dapat mengakibatkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan janin (Mudlikah & Yunita, 2022). Faktor lain pemicu stress diantaranya masalah ekonomi, konflik keluarga, kurangnya dukungan suami dapat meningkatkan kecemasan ibu hamil yang dapat berdampak pada gangguan kehamilan (Astiasih et al., 2022). Hubungan tidak harmonis dengan suami dan lingkungan yang tidak mendukung kehamilan juga menyebabkan ibu hamil tidak labil (Mudlikah et al., 2022).

Faktor social ibu hamil juga dapat berpengaruh pada kesehatan meliputi: lingkungan, budaya dan ekonomi. Kebiasaan, adat istiadat dan budaya pada kehamilan diantaranya ritual empat bulan, tujuh bulan dan tradisi pijat kehamilan bila tidak

dilakukan ibu hamil merasa takut dapat menimbulkan masalah pada kehamilannya sehingga ritual ini dipercaya dapat menjaga keselamatan ibu dan bayi. Tradisi ini dapat berdampak pada psikologis ibu hamil dan fisik yang mempengaruhi kesehatan ibu dan bayi (Prautami, 2020).

Berdasarkan profil kesehatan Indonesia angka kematian ibu tahun 2020 sebesar 189/100.000 dan target pemerintah sesuai sustainable development goals (SDGs) tahun 2024 sebesar 183/100.000 dan tahun 2030 sebesar 70/100.000 kelahiran hidup (Kemenkes, 2022). Angka kematian ibu Jawa Timur tahun 2020 sebesar 98,39/100.000 (Dinkes, 2021). Desa Jaticalang merupakan sebuah Desa yang berada di Kecamatan Prambon Kota Sidoarjo, Aktivitas sehari-hari ibu rumah tangga dan buruh rumahan dari home industry, Aktivitas sehari-hari ibu hamil bekerja sebagai buruh home industry posisi duduk seharian sambil bekerja menyebabkan kurangnya memperhatikan pola istirahat, pola makan yang dapat berdampak pada kesehatan ibu dan janin.

Penyebab kematian ibu hamil salah satunya karena adanya Resiko kehamilan pada ibu hamil disebabkan 4 terlalu dan 3 keterlambatan diantaranya 4 terlalu yaitu terlalu muda, terlalu tua, terlalu dekat jarak dan terlalu banyak anak, sedangkan resiko kehamilan 3 keterlambatan seperti: terlambat mengambil keputusan, terlambat sampai ke fasilitas kesehatan dan terlambat mendapat penanganan (Indarti et al., 2021). Pentingnya Edukasi tenaga kesehatan dalam meningkatkan kesehatan fisik meliputi: status kesehatan, status gizi dan gaya hidup sehat (Amiruddin et al., 2023). Edukasi sebagai salah satu pemberian pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan

kesehatan ibu hamil (Herdina et al., 2021). Status kesehatan dinilai dari hasil pemeriksaan kehamilan secara rutin dipelayanan kesehatan, Status gizi ibu hamil merupakan pemenuhan kebutuhan nutrisi yang harus tercukupi agar pertumbuhan dan perkembangan janin didalam kandungan secara optimal, kurangnya pengetahuan ibu dalam mengkonsumsi makan, memilih makanan menyebabkan kebutuhan nutrisi tidak terpenuhi dengan baik (Prautami, 2020). status gizi ibu hamil ini dinilai ketika setiap melakukan pemeriksaan kehamilan dengan mengukur kenaikan berat badan ibu, mengukur lingkar lengan atas (LILA) (Amila et al., 2020).

Gaya hidup terkait aktivitas ibu hamil sebagai salah satu factor yang dapat mempengaruhi kesehatan ibu . seperti : jalan kaki, senam yoga, senam hamil, kebiasaan pola makan . Kondisi kesehatan ibu hamil sangat tergantung dari gaya hidup sehat, kebutuhan dasar sehari-hari dapat terpenuhi dengan baik bila menerapkan gaya hidup sehat. Dukungan suami dan keluarga juga mempengaruhi psikologis ibu, ketidak stabilan emosi saat hamil mudah memicu ibu hamil stress dan beresiko terhadap kesehatan ibu hamil dan gangguan pertumbuhan, perkembangan janin dalam kandungan.

Berdasarkan permasalahan tersebut maka pelaksanaan kegiatan program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesehatan ibu hamil melalui pemberian edukasi dan pemeriksaan kesehatan kehamilan.

METODE

Pelaksanaan program kegiatan pengabdian ini menggunakan dua metode

yaitu 1) pemberian Edukasi tentang status gizi, gaya hidup sehat ibu hamil dilakukan sebanyak 2 kali, bertujuan untuk meningkat pengetahuan ibu hamil 2) Pendampingan pemeriksaan kesehatan kehamilan dengan standar 10 T dilakukan setiap minggu sebanyak 2 kali, bertujuan untuk meningkatkan kesehatan ibu hamil.

HASIL

Tabel 1. Pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberi Edukasi tentang status gizi dan gaya hidup sehat

Pengartahuan	Edukasi status gizi dan gaya hidup sehat			
	Sebelum		sesudah	
	f	%	f	%
Baik	-	-	8	53,4
Cukup	2	13,3	5	33,3
Kurang	13	86,7	2	13,3
Total	15	100	15	100

Berdasarkan tabel 1. Diketahui bahwa pengetahuan ibu hamil sebelum diberi edukasi pengetahuan kurang sebesar 86,7% dan sesudah diberi edukasi menjadi pengetahuan baik sebesar 53%, pengetahuan cukup 33,3% dan pengetahuan kurang 13,3%. Maka menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan menjadi baik.

Tabel 2. Status kesehatan ibu hamil dengan pemeriksaan kehamilan

Kesehatan	Pemeriksaan standart 10 T	
	f	%
Baik	8	53
Kurang	7	47
Total	15	100

Berdasarkan tabel 2. Diketahui hasil pemeriksaan kesehatan kehamilan yaitu kesehatan ibu hamil kriteria baik sebesar 53% dan kesehatan kriteria kurang sebesar 47%. Pemeriksaan kehamilan ini menggunakan standar 10 T meliputi: pemeriksaan tinggi badan dan berat badan, pemeriksaan tekanan

darah, pemeriksaan lingkaran atas (LILA), pemeriksaan tinggi fundus uteri, pemeriksaan presentasi dan DJJ, pemberian imunisasi TT, pemberian tablet Fe 90 tablet, penatalaksanaan, temu wicara, pemeriksaan lab rutin

PEMBAHASAN

Pengetahuan tentang ststus gizi dan gaya hidup sehat

Hasil program kegiatan masyarakat dengan melakukan pemberian edukasi pada ibu hamil tentang status gizi dan gaya hidup sehat, maka ada peningkatan pengetahuan yaitu sebelum diberi edukasi pengetahuan kurang sebesar 86,7% dan pengetahuan cukup sebesar 13,3 % dan setelah diberi edukasi menjadi pengetahuan baik sebesar 53,4, pengetahuan cukup sebesar 33,3 dan pengetahuan kurang menjadi 13,3%. Hal ini menunjukkan ada peningkatan pengetahuan baik ibu hamil.

Kegiatan pemeriksaan kehamilan sebagai berikut:



Gambar 1. Kegiatan edukasi dan pemeriksaan kehamilan.

Perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberi edukasi ini sesuai dengan pendapat kris Linggardini dan Happy Dwi Aprilina bahwa ibu hamil sesudah diberi penyuluhan ada peningkatan pengetahuan (Linggardini et al., 2016). Pengetahuan ibu hamil

tentang status gizi dan gaya ibu sehat selama hamil sangat penting bagi kesehatan ibu hamil, pengetahuan rendah tentang asupan nutrisi selama hamil dapat menyebabkan kurangnya asupan konsumsi makanan yang dibutuhkan selama hamil (Prautami, 2020).

Status gizi menentukan status kesehatan ibu hamil, status gizi kurang dan buruk menunjukkan kurangnya pemenuhan kebutuhan gizi seimbang ibu hamil yang dapat berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan janin didalam kandungan hingga setelah lahir dapat terjadi stunting. Pengetahuan status gizi gizi seimbang ibu hamil meliputi 1) lemak kebutuhan 62,3 gr/hr bersumber dari: ikan salmon, alpukat, kacang-kacangan, berfungsi untuk pertumbuhan dan mencegah pre-eklamsi. 2) Protein kebutuhan 75 gr/hr. sumber: protein nabati dan protein hewani, berfungsi untuk membentuk dan memperbaiki jaringan tubuh, kalori, pembentukan darah. 3) Asam Folat atau vitamin B kebutuhan 500-1000mg/hari, sumber: bayam, asparagus, jeruk, buncis, kacang-kacangan dan roti gandum berfungsi untuk perkembangan, mencegah kecacatan otak dan tulang, 4) Zat besi kebutuhan 27 mg/hari, sumber: daging merah, ikan, unggas dan kacang-kacangan, berfungsi untuk protein sel darah merah, oksigen ke jaringan. 5) Kalsium kebutuhan 1200 mg/hari, sumber: susu, keju, yoghurt, ikan teri, berfungsi untuk kalsium, berfungsi menguatkan tulang, gigi dan hormone. Kebutuhan gizi ini harus terpenuhi selama hamil untuk kesehatan ibu dan janin, bila kebutuhan gizi ini tidak terpenuhi dapat mengakibatkan resiko komplikasi, gangguan pertumbuhan, gangguan perkembangan dan penyulit kehamilan hingga kematian ibu dan janin (Kasminawati, Buraerah H. Abd. Hakim, 2015).

Gaya hidup sehat sehari-hari dapat mempengaruhi kesehatan ibu hamil maupun janin sehingga harus diterapkan untuk kesehatannya diantaranya kebiasaan konsumsi makanan bergizi dan pola makan teratur dapat mempengaruhi status gizi ibu hamil (Amiruddin et al., 2023). Kebutuhan asupan nutrisi ibu hamil setiap trimester berbeda, pada trimester pertama ibu hamil sering melamai gejala mual muntah, tidak nafsu makan yang beresiko kekurangan energy kalori dan gangguan pertumbuhan janin (Mudlikah & Ningrum, 2019). Kebiasaan aktivitas berat selama hamil dapat memicu terjadinya abortus, kelelahan yang dapat membahayakan kesehatan ibu hamil, membiasakan selama hamil rutin melakukan olah raga seperti senam hamil, jalan pagi hari dapat mencegah varices, nyeri otot, nyeri persendian, mengencangkan otot dan meningkatkan stamina saat persalinan (Matondang & Lubis, 2020). Senam hamil secara teratur dapat meningkatkan rasa nyaman sehingga ibu dapat melakukan istirahat tidur dengan cukup (Mudlikah & Nadhiroh, 2023). Edukasi ini bertujuan untuk memotivasi kebiasaan perilaku ibu hamil secara terus menerus dengan harapan memiliki kesadaran untuk hidup sehat.

SIMPULAN

Edukasi tentang status gizi dan gaya hidup sehat selama kehamilan dapat mempengaruhi kesehatan ibu hamil. Pengetahuan yang baik dalam mengkonsumsi pola makan, jenis makanan untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil menentukan kesehatan ibu dan janin dalam kandungan. Gaya hidup kebiasaan sehari-hari secara teratur seperti makan, aktivitas, tidur

dapat meningkatkan kesehatan ibu hamil dan pemeriksaan kehamilan secara teratur sesuai standar dapat memantau kesehatan ibu hamil.

Pemeriksaan kehamilan

Hasil pemeriksaan kehamilan menunjukkan sebesar 53% keadaan kesehatan baik dan sebesar 47% Keadaan kesehatan ibu kurang baik. Pemeriksaan kehamilan dilakukan sesuai standart ada 10 T meliputi: mengukur berat badan dan tinggi badan, tekanan darah, mengukur LILA, tinggi fundus uteri, menentukan presentasi janin, pemberian TT, Tablet FE. Tes laboratorium, tatalaksana kasus, dan temu wicara.

Kegiatan pemeriksaan kehamilan sebagai berikut:



Gambar 2. Pemeriksaan Kehamilan

Tujuan pemeriksaan kehamilan ini untuk meningkatkan kesehatan fisik dan mental ibu hamil secara optimal,(Armaya, 2018). Pelayanan pemeriksaan kehamilan yang berkualitas dapat meningkatkan kesehatan ibu hamil baik status gizi maupun perilaku sehat sehari-hari (Tomboelu & Novita, 2020). Pemeriksaan kehamilan secara rutin dapat mendeteksi komplikasi kehamilan dan penatalaksanaan secara dini (Wulandari et al., 2022)

Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan ibu yang memiliki kesehatan baik telah melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin

minimal 6 kali selama hamil meliputi 2 kali pada trimester pertama, 2 kali pada trimester kedua dan 2 kali pada trimester 3. Dari pemeriksaan kehamilan tersebut ibu hamil memperoleh edukasi tentang kesehatan; asupan gizi seimbang, pola hidup sehat, istirahat cukup dan dukungan keluarga. Sebanyak 47% ibu yang memiliki kesehatan kurang baik mengatakan tidak melakukan pemeriksaan secara teratur dan kurang mendapat informasi tentang status gizi dan gaya hidup sehat. Pentingnya edukasi pada ibu hamil ini dapat mempengaruhi kondisi kesehatan ibu dan janin dalam kandungan

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada direktorat penelitian dan pengabdian kepada masyarakat Universitas muhammadiyah Gresik, ketua program studi, dan ibu hamil yang berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Amila, A., Utami, N., & Marbun, A. S. (2020). Hubungan status gizi berdasarkan lingkaran lengan atas (LiLA) dengan tekanan darah pada pasien hipertensi. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(1), 140–148. <https://doi.org/10.33024/hjk.v14i1.1851>
- Amiruddin, Sirih, M., & Irfandi. (2023). Hubungan Pola Makan dan Gaya Hidup dengan Status Gizi pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. *Jurnal Ilmiah Obsgin*, 15(4), 417–427.
- Armaya, R. (2018). Kepatuhan Ibu Hamil dalam Melakukan Kunjungan Antenatal Care dan

- Faktor yang Mempengaruhi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 7(01), 43–50. <https://doi.org/10.33221/jikm.v7i01.51>
- Astiasih, T., Nurainih, N., & Prima, E. (2022). Hubungan Pengetahuan, Dukungan Suami, Sikap Ibu Hamil Trimester 3 Dengan Kecemasan Menghadapi Persalinan. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 1(3), 716–727. <https://doi.org/10.55681/sentri.v1i3.282>
- Dinkes, P. (2021). *Profil Kesehatan 2021*. [https://dinkes.jatimprov.go.id/userfile/dokumen/PROFIL KESEHATAN 2021 JATIM.pdf](https://dinkes.jatimprov.go.id/userfile/dokumen/PROFIL%20KESEHATAN%202021%20JATIM.pdf)
- Herdina, A. J., Sari, S. A., Dewi, N. R., Dharma, A. K., & Metro, W. (2021). Penerapan Pendidikan Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Persalinan Diwilayah Kerja Puskesmas Kota Metro Implementation of Health Education To Increase the Knowledge Pregnant Women About Delivery in the Region Metro Puskesmas Work. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(2), 245–248.
- Indarti, J., Solihin, A., V. Suastika, A., Wardhani, D. P., Ramadhani, M. T., Afdi, Q. F., Syafitri, S. M., Ikhsan, M., & Alda, K. (2021). Three-Delay Model on Maternal Mortality Cases in Tertiary Referral Hospital in Indonesia. *EJournal Kedokteran Indonesia*, 9(2), 99. <https://doi.org/10.23886/ejki.9.60.99>
- Kasminawati, Buraerah H. Abd. Hakim, A. M. T. (2015). *Nutritional Status and History of Pregnancy Complications as A Determinant Childbirth Complications events in District Mamuju*. 99–107.
- Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indo-nesia. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*. <https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-2021.pdf>
- KemenKes RI, (2022). (2022). *PROFIL KESEHATAN INDONESIA*.
- Linggardini, Apriliana, K., & Dwi, H. (2016). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pada Ibu Hamil Terhadap Pengetahuan Tentang Preeklamsia Di Wilayah Kerja Puskesmas Sokaraja I. *Medisains: Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Kesehatan*, 14(2), 10–15.
- Matondang, D. A. H., & Lubis, D. H. (2020). Hubungan Senam Hamil Dengan Proses Persalinan Normal Pada Ibu Primipara Di Rumah Sakit Umum Sundari Medan. *Jurnal KEPERAWATAN FLORA*, 13(1).
- Mudlikah, S., Munisah, M., Yunita, N., B, G., Hariyani, E., & Salsabila, A. T. (2022). Peningkatan Asupan Nutrisi Ibu Hamil Emesis Gravidarum Melalui Dukungan Suami/Keluarga Dan Kenaikan Berat Badan Ibu Hamil. *DedikasiMU: Journal of Community Service*, 4(3), 341. <https://doi.org/10.30587/dedikasi.v4i3.4310>
- Mudlikah, S., & Nadhiroh, A. M. (2023). *Upaya peningkatan nutrisi ibu hamil melalui senam yoga dalam penurunan emesis gravidarum*. 6, 1838–1843.
- Mudlikah, S., & Ningrum, N. I. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil terhadap Mual Muntah Kehamilan dengan Waktu Mual. *Jurnal Kebidanan*,

- 5(April), 1–6.
- Mudlikah, S., & Yunita, N. (2022). *Cemas dan Berat Badan Ibu Hamil Terhadap Effect Of Anxiety , Pregnant Women ' s Weight On Emesis Gravidarum*. 6(2), 409–415.
- Prautami, E. S. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Mengenai Status Gizi Selama Kehamilan. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 10(20), 23–29. <https://doi.org/10.52047/jkp.v10i20.74>
- Restuti, W., Suprapti, B., & Pertiwi, S. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Komplikasi Kehamilan Di Desa Sukasenang Kecamatan Tanjungjaya Kabupaten Tasikmalaya. *Journal of Midwifery Information (JoMI)*, 2(1), 135–151.
- Sagitarini, et al., 2021. (2021). Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi Dengan Status Gizi Ibu Hamil Di Wilaah Kerja Puskesmas II Denpasar Selatan. *Gizi*, 07(02), 93–103.
- Suryanti, Budi, W., & Siti, P. (2020). Faktor Ibu Yang Mempengaruhi Pertumbuhan Janin Terhambat Faktor Ibu Yang Mempengaruhi Pertumbuhan Janin Terhambat KSuryanti. *Yayasan Citra Cendekia Celebes*, 1(1), 13–20.
- Syahrir, N. A. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi derajat kesehatan msyarakat menurut hendrik l.blum. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Masyarakat*, 1–6.
- Tomboelu, M. H., & Novita, A. (2020). Determinan Model Pelayanan Kebidanan Ante Natal. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 10(03), 138–147.
- <https://journals.stikim.ac.id/index.php/jiki/article/view/760>
- Wigianita, M. R., Umijati, S., & Trijanto, B. (2020). Hubungan kenaikan berat badan ibu saat hamil dengan berat badan bayi baru lahir. *Darussalam Nutrition Journal*, 4(2), 57. <https://doi.org/10.21111/dnj.v4i2.3944>
- Wulandari, D., Riski, M., & Indriani, P. L. N. (2022). The Relationship Between Obesity, Dietary Habit And Antenatal Care Coverage Of Antenatal Care Visits With The Incidence Of Preeclampsia On Third Semester Pregnant Women. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(1), 51–60. <https://www.jurnal.stikesmus.ac.id/index.php/JKebIn/article/view/564/383>