



Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Nutrisi Pada Masa Kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Ciwandan Cilegon

Nurseha^{1*}, Sri Utami²

¹ Departemen Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Faletehan, Banten, Indonesia; eha.fathiyah@gmail.com

² Departemen Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Faletehan, Banten, Indonesia; amysubagio@gmail.com

ABSTRACT

Pregnancy is a critical period that requires adequate nutritional intake to support maternal health and fetal growth. However, limited knowledge about nutrition during pregnancy is still found among pregnant women, which may contribute to maternal and child health problems. This condition was also identified in the working area of Ciwandan Public Health Center, Cilegon City. This community service activity aimed to improve pregnant women's knowledge regarding nutrition during pregnancy. The method included preparation, educational implementation, evaluation, and monitoring stages involving pregnant women as the target group. The activity was conducted in November 2025 with 31 pregnant women as participants and involved lecturers and students from Universitas Faletehan. The results showed an improvement in pregnant women's knowledge about nutritional needs during pregnancy and increased awareness of the importance of balanced nutrition. In conclusion, this community service activity contributed positively to improving maternal health and supporting the prevention of nutritional problems in the community

Keywords : *Community Service; Knowledge; Pregnancy Nutrition; Pregnant Women*

ABSTRAK

Kehamilan merupakan periode penting yang membutuhkan pemenuhan nutrisi optimal untuk mendukung kesehatan ibu dan pertumbuhan janin. Namun, masih ditemukan ibu hamil dengan tingkat pengetahuan yang terbatas mengenai nutrisi pada masa kehamilan, yang berpotensi berdampak pada masalah kesehatan ibu dan anak. Kondisi ini juga dijumpai di wilayah kerja Puskesmas Ciwandan, Kota Cilegon. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi pada masa kehamilan. Metode yang digunakan meliputi tahapan persiapan, pelaksanaan edukasi, evaluasi, dan monitoring terhadap ibu hamil sebagai sasaran kegiatan. Kegiatan dilaksanakan pada bulan November 2025 dengan sasaran sebanyak 31 ibu hamil dan melibatkan dosen serta mahasiswa Universitas Faletehan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai kebutuhan nutrisi selama kehamilan serta meningkatnya kesadaran akan pentingnya pola makan bergizi seimbang. Kegiatan ini disimpulkan mampu memberikan kontribusi positif dalam mendukung upaya peningkatan kesehatan ibu hamil dan pencegahan masalah gizi di masyarakat.

Kata Kunci : *Ibu Hamil; Nutrisi Kehamilan; Pengabdian Kepada Masyarakat; Pengetahuan*

Correspondence : Nurseha

Email : eha.fathiyah@gmail.com, no kontak (+62 852-2026-3766)

• Received 3 Februari 2026 • Accepted 24 Februari 2026 • Published 27 Februari 2026

• e - ISSN : 2961-7200 • DOI: <https://doi.org/10.56742/jpm.v5i1.270>

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan fase penting dalam siklus kehidupan yang sangat menentukan kualitas kesehatan ibu dan generasi yang akan dilahirkan [1,2]. Pada masa kehamilan, tubuh ibu mengalami peningkatan kebutuhan zat gizi baik makro maupun mikro sebagai konsekuensi dari pertumbuhan dan perkembangan janin, pembentukan jaringan baru, serta perubahan fisiologis ibu. Secara teoritis, pemenuhan nutrisi yang adekuat selama kehamilan berperan penting dalam mencegah berbagai masalah kesehatan, seperti anemia, komplikasi kehamilan, serta gangguan pertumbuhan janin [3]. Pengetahuan ibu hamil mengenai nutrisi menjadi faktor kunci yang memengaruhi pola konsumsi makanan dan kepatuhan terhadap anjuran gizi yang diberikan oleh tenaga kesehatan [4].

Pengetahuan gizi pada ibu hamil tidak hanya mencakup pemahaman tentang jenis makanan yang sehat, tetapi juga mencakup kesadaran akan kebutuhan nutrisi spesifik selama kehamilan, waktu konsumsi yang tepat, serta konsekuensi apabila kebutuhan tersebut tidak terpenuhi. Teori perilaku kesehatan menjelaskan bahwa pengetahuan merupakan determinan awal terbentuknya sikap dan perilaku kesehatan [5,6]. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan nutrisi yang baik cenderung lebih mampu memilih makanan bergizi, menghindari pantangan yang tidak berdasar, serta memanfaatkan layanan kesehatan secara optimal. Sebaliknya, keterbatasan pengetahuan dapat menyebabkan perilaku makan yang kurang tepat dan berdampak pada status gizi ibu dan janin [7,8].

Di wilayah kerja Puskesmas Ciwandan, Kota Cilegon, masih dijumpai ibu hamil dengan tingkat pengetahuan yang beragam terkait nutrisi pada masa kehamilan. Kondisi sosial ekonomi, tingkat pendidikan, serta kuatnya pengaruh kebiasaan dan budaya setempat turut memengaruhi cara ibu hamil memahami dan menerapkan prinsip gizi seimbang. Informasi yang diperoleh ibu hamil sering kali bersumber dari lingkungan sekitar atau pengalaman pribadi, yang belum tentu sesuai

dengan prinsip kesehatan. Situasi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan informasi gizi yang akurat dengan pemahaman yang dimiliki oleh sebagian ibu hamil di wilayah tersebut.

Permasalahan mitra dalam kegiatan ini berkaitan dengan rendahnya pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya nutrisi selama kehamilan, jenis zat gizi yang dibutuhkan, serta dampaknya terhadap kesehatan ibu dan janin. Keterbatasan pengetahuan ini berpotensi menyebabkan pola konsumsi yang tidak seimbang, seperti asupan energi dan protein yang tidak mencukupi, rendahnya konsumsi zat besi dan asam folat, serta kurangnya variasi makanan. Masalah tersebut menjadi perhatian penting mengingat ibu hamil merupakan kelompok rentan yang membutuhkan perhatian khusus dalam upaya pemeliharaan kesehatan [9].

Rendahnya pengetahuan nutrisi pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Ciwandan, Cilegon tercermin dari masih tingginya kejadian anemia dan masalah gizi kehamilan berdasarkan data mitra. Pencatatan pelayanan antenatal tahun terakhir menunjukkan sekitar 38–45% ibu hamil mengalami anemia ($Hb < 11 \text{ g/dL}$), sementara sekitar 30% tidak mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) secara rutin sesuai anjuran minimal 90 tablet selama kehamilan. Selain itu, hasil skrining awal kegiatan menunjukkan sekitar 60% ibu hamil memiliki tingkat pengetahuan kategori kurang terkait kebutuhan zat besi, protein, asam folat, serta peningkatan kebutuhan energi pada trimester II dan III. Kondisi ini berdampak nyata pada kesehatan ibu berupa kelelahan kronis, penurunan daya tahan tubuh, serta peningkatan risiko komplikasi persalinan seperti perdarahan, dan pada janin meningkatkan risiko kekurangan energi kronis pada ibu (LILA $< 23,5 \text{ cm}$ sekitar 20%), bayi lahir dengan berat badan rendah (8–12%), serta gangguan pertumbuhan dan perkembangan. Data tersebut menegaskan bahwa rendahnya pengetahuan nutrisi bukan hanya masalah kognitif, tetapi telah berkontribusi terhadap tingginya masalah anemia dan risiko kesehatan ibu serta bayi di wilayah mitra sehingga diperlukan intervensi edukasi gizi yang terstruktur

dan berbasis kebutuhan lokal. Dampak ini tidak hanya memengaruhi individu, tetapi juga berkontribusi terhadap permasalahan kesehatan ibu dan anak di tingkat masyarakat [10,11].

Permasalahan nutrisi pada ibu hamil juga memiliki implikasi jangka panjang terhadap kualitas sumber daya manusia. Kekurangan gizi selama periode kehamilan merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kejadian stunting dan masalah gizi kronis pada anak. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan nutrisi pada ibu hamil menjadi langkah strategis dalam upaya pencegahan masalah gizi sejak dini. Intervensi yang berfokus pada peningkatan pemahaman ibu hamil diharapkan dapat memberikan dampak berkelanjutan terhadap kesehatan ibu dan generasi mendatang.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan upaya yang terarah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai nutrisi pada masa kehamilan. Pendekatan edukatif dipandang relevan karena mampu menjembatani kesenjangan informasi serta memperkuat pemahaman ibu hamil tentang pentingnya pemenuhan gizi yang adekuat. Peningkatan pengetahuan diharapkan dapat menjadi dasar bagi terbentuknya sikap positif dan perilaku sehat dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi selama kehamilan, sesuai dengan kondisi dan potensi lokal yang ada.

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini difokuskan pada ibu hamil sebagai mitra utama sebanyak 31 orang di wilayah kerja Puskesmas Ciwandan, Kota Cilegon, dengan melibatkan dosen dan mahasiswa Universitas Faletahan. Melalui kegiatan ini, diharapkan terbangun kesadaran dan pemahaman yang lebih baik mengenai nutrisi pada masa kehamilan. Secara umum, kegiatan ini diharapkan dapat berkontribusi dalam mendukung upaya peningkatan derajat kesehatan ibu dan anak serta memperkuat peran perguruan tinggi dalam menjawab permasalahan kesehatan masyarakat.

METODE

Tahap persiapan merupakan langkah awal yang dilakukan untuk memastikan kegiatan

Pengabdian kepada Masyarakat dapat berjalan secara terencana dan tepat sasaran. Pada tahap ini, tim pelaksana yang terdiri dari dosen dan mahasiswa Universitas Faletahan melakukan koordinasi internal untuk menyusun rencana kegiatan, pembagian tugas, serta penyiapan materi edukasi yang sesuai dengan kebutuhan ibu hamil. Selain itu, dilakukan koordinasi dengan pihak Puskesmas Ciwandan sebagai mitra lokasi kegiatan untuk menyelaraskan waktu pelaksanaan, jumlah sasaran, serta dukungan teknis yang diperlukan. Persiapan juga mencakup penyusunan media edukasi dan instrumen evaluasi guna mengukur tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dan setelah kegiatan.

Tahap pelaksanaan difokuskan pada penyampaian kegiatan edukasi kepada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Ciwandan, Kota Cilegon. Kegiatan dilaksanakan pada bulan November 2025 dengan sasaran sebanyak 31 ibu hamil. Pelaksanaan dilakukan melalui pemberian edukasi mengenai nutrisi pada masa kehamilan yang disampaikan secara terstruktur dan komunikatif, disesuaikan dengan karakteristik sasaran. Dalam pelaksanaan kegiatan, tim pelaksana berupaya menciptakan suasana yang kondusif dan partisipatif agar ibu hamil dapat memahami materi yang disampaikan serta aktif terlibat dalam proses pembelajaran. Pelibatan mahasiswa dalam tahap ini juga bertujuan untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam berinteraksi dan memberikan edukasi kesehatan kepada masyarakat.

Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas kegiatan yang telah dilaksanakan. Evaluasi difokuskan pada perubahan tingkat pengetahuan ibu hamil terkait nutrisi pada masa kehamilan setelah mengikuti kegiatan edukasi. Pengukuran dilakukan dengan membandingkan hasil penilaian sebelum dan sesudah kegiatan menggunakan instrumen yang telah disiapkan pada tahap persiapan. Selain itu, evaluasi juga mencakup penilaian terhadap ketercapaian tujuan kegiatan serta respon dan partisipasi ibu hamil selama kegiatan berlangsung. Hasil evaluasi ini digunakan sebagai dasar untuk menilai

keberhasilan program serta sebagai bahan perbaikan pada kegiatan serupa di masa mendatang.

Tahap monitoring dilakukan sebagai upaya untuk memastikan keberlanjutan dampak kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat. Monitoring dilakukan melalui koordinasi dengan pihak Puskesmas Ciwandan untuk memperoleh informasi terkait tindak lanjut yang dilakukan oleh ibu hamil setelah kegiatan edukasi, khususnya dalam penerapan pengetahuan nutrisi yang telah diperoleh. Selain itu, monitoring juga dilakukan untuk mengidentifikasi kendala yang mungkin dihadapi ibu hamil dalam menerapkan pola makan yang sehat selama kehamilan. Informasi hasil monitoring ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi pengembangan kegiatan pengabdian selanjutnya serta memperkuat sinergi antara perguruan tinggi dan fasilitas pelayanan kesehatan dalam meningkatkan kesehatan ibu dan anak.



Gambar 1. Materi Edukasi

HASIL

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Ciwandan, Kota Cilegon, sebagai lokasi mitra yang menjadi sasaran intervensi peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi pada masa kehamilan. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada bulan November 2025 sesuai dengan perencanaan yang telah disusun oleh tim pelaksana. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada pertimbangan masih perlunya penguatan edukasi gizi bagi ibu hamil sebagai bagian dari upaya peningkatan kesehatan ibu dan anak di wilayah tersebut.

Sasaran kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah ibu hamil yang berada di wilayah kerja Puskesmas Ciwandan dengan jumlah peserta sebanyak 31 orang. Ibu hamil yang mengikuti kegiatan menunjukkan karakteristik yang beragam dari segi usia kehamilan, tingkat pendidikan, dan latar belakang sosial. Seluruh sasaran mengikuti kegiatan edukasi dengan tingkat kehadiran yang baik, yang mencerminkan adanya kebutuhan dan ketertarikan terhadap informasi mengenai nutrisi pada masa kehamilan. Partisipasi aktif peserta terlihat dari keterlibatan mereka dalam diskusi serta antusiasme dalam menerima materi yang disampaikan.

Tim pelaksana kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dari Universitas Faletehan bekerja sama dengan Puskesmas Ciwandan dalam melaksanakan edukasi gizi bagi ibu hamil secara terstruktur. Pelaksanaan edukasi dilakukan melalui tiga tahapan utama, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan, dosen menyusun materi berbasis kebutuhan mitra yang mencakup topik anemia pada kehamilan, kebutuhan zat gizi makro dan mikro (zat besi, asam folat, protein), pentingnya konsumsi tablet tambah darah (TTD), serta contoh menu seimbang bagi ibu hamil. Pada tahap pelaksanaan, kegiatan dilakukan dalam bentuk penyuluhan kelompok kecil (15–20 peserta) selama ± 60 –90 menit menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi tanya jawab, leaflet edukatif, serta media presentasi visual. Edukasi juga disertai demonstrasi sederhana pemilihan bahan makanan sumber zat besi dan simulasi penyusunan menu harian. Mahasiswa berperan aktif dalam mendampingi peserta, membantu pengisian pretest dan posttest untuk mengukur peningkatan pengetahuan, melakukan pengukuran LILA, serta memfasilitasi diskusi kelompok. Pada tahap evaluasi, tim melakukan penilaian peningkatan skor pengetahuan, mengidentifikasi pemahaman ibu tentang konsumsi TTD, serta melakukan refleksi bersama pihak puskesmas terkait tindak lanjut pendampingan. Pelaksanaan edukasi yang sistematis ini memastikan bahwa kegiatan tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga partisipatif

dan terukur dampaknya terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai nutrisi pada masa kehamilan setelah mengikuti kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat. Ibu hamil menunjukkan pemahaman yang lebih baik terkait kebutuhan zat gizi selama kehamilan, pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang, serta dampak pemenuhan nutrisi terhadap kesehatan ibu dan janin. Selain itu, kegiatan ini juga meningkatkan kesadaran ibu hamil akan pentingnya menjaga pola makan yang sehat selama kehamilan. Secara umum, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini berhasil mencapai tujuan yang diharapkan dan memberikan kontribusi positif dalam mendukung upaya peningkatan kesehatan ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Ciwandan, Kota Cilegon.

Dokumentasi pelaksanaan kegiatan dapat dilihat di bawah ini:



Gambar 2. Pelaksanaan PKM

PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan bahwa tujuan utama berupa peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi pada masa kehamilan telah tercapai secara substansial. Hal ini tercermin dari perubahan cara ibu hamil memahami kebutuhan gizi selama kehamilan serta meningkatnya kemampuan mereka dalam mengidentifikasi jenis makanan yang sesuai untuk mendukung kesehatan ibu dan janin. Pencapaian tersebut mengindikasikan bahwa pendekatan edukatif yang digunakan mampu menjawab kebutuhan mitra, terutama dalam menjembatani kesenjangan informasi yang selama ini menjadi kendala dalam pemenuhan nutrisi ibu hamil [12,13].

Peningkatan pengetahuan yang terjadi sejalan dengan teori perilaku kesehatan yang menempatkan pengetahuan sebagai faktor awal pembentuk sikap dan perilaku. Dalam konteks kehamilan, pemahaman yang memadai mengenai nutrisi menjadi dasar bagi ibu hamil untuk melakukan penyesuaian pola makan sesuai dengan kebutuhan fisiologisnya. Temuan ini menguatkan pandangan bahwa intervensi berbasis edukasi memiliki peran strategis dalam mendorong perubahan perilaku kesehatan, khususnya pada kelompok rentan seperti ibu hamil yang membutuhkan informasi yang tepat dan mudah dipahami [14–16].

Keberhasilan kegiatan ini juga tidak terlepas dari adanya faktor pendukung yang memperkuat proses pelaksanaan dan penerimaan materi oleh sasaran. Dukungan dari pihak Puskesmas Ciwandan sebagai mitra lokal memberikan

legitimasi dan rasa aman bagi ibu hamil untuk mengikuti kegiatan. Selain itu, keterlibatan dosen dan mahasiswa Universitas Faletehan memungkinkan terjadinya interaksi yang lebih komunikatif dan adaptif, sehingga materi dapat disampaikan dengan bahasa yang lebih kontekstual dan sesuai dengan kondisi sasaran.

Di sisi lain, terdapat beberapa faktor penghambat yang berpotensi memengaruhi optimalisasi hasil kegiatan. Perbedaan latar belakang pendidikan dan pengalaman ibu hamil menyebabkan variasi dalam kecepatan pemahaman materi yang disampaikan. Selain itu, adanya kebiasaan dan kepercayaan tertentu terkait makanan selama kehamilan turut memengaruhi cara ibu hamil menerima informasi baru. Faktor-faktor ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan tidak selalu berlangsung secara linear dan memerlukan pendekatan yang sensitif terhadap konteks sosial dan budaya.

Meskipun demikian, hambatan yang muncul tidak mengurangi esensi capaian kegiatan, melainkan menjadi dasar refleksi untuk perbaikan ke depan. Upaya penyesuaian materi dengan karakteristik sasaran serta penguatan pesan kunci secara berulang menjadi strategi penting dalam memastikan pesan edukasi dapat dipahami dengan baik. Pendekatan yang lebih persuasif dan dialogis dinilai mampu membantu ibu hamil dalam merekonstruksi pemahaman yang sebelumnya kurang tepat tanpa menimbulkan resistensi.

Dari sisi dampak, kegiatan pengabdian ini memberikan implikasi positif tidak hanya pada tingkat individu, tetapi juga pada konteks kesehatan masyarakat. Peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai nutrisi berpotensi mendorong perubahan perilaku makan yang lebih sehat selama kehamilan, yang pada akhirnya dapat menurunkan risiko masalah gizi dan komplikasi kehamilan. Dampak ini menjadi penting mengingat pemenuhan nutrisi selama kehamilan merupakan fondasi awal dalam pencegahan masalah kesehatan ibu dan anak.

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini menunjukkan bahwa kolaborasi antara perguruan tinggi dan fasilitas pelayanan kesehatan dapat

menghasilkan intervensi edukatif yang relevan dan berdampak. Kegiatan ini tidak hanya berkontribusi dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil, tetapi juga memperkuat peran perguruan tinggi sebagai agen perubahan dalam masyarakat. Dengan demikian, pengabdian ini memiliki nilai strategis dalam mendukung upaya peningkatan derajat kesehatan ibu dan anak secara berkelanjutan di wilayah kerja Puskesmas Ciwandan, Kota Cilegon.

SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Ciwandan, Kota Cilegon, menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi pada masa kehamilan. Melalui kegiatan edukasi yang diberikan, ibu hamil memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang untuk mendukung kesehatan ibu dan janin. Kegiatan ini juga memperkuat peran perguruan tinggi dalam mendukung upaya peningkatan derajat kesehatan ibu dan anak melalui pendekatan edukatif yang relevan dengan kebutuhan masyarakat.

Diharapkan kegiatan serupa dapat dilaksanakan secara berkelanjutan dan menjangkau lebih banyak ibu hamil agar dampak yang dihasilkan semakin luas. Selain itu, diperlukan dukungan berkelanjutan dari tenaga kesehatan setempat untuk memperkuat pemahaman dan penerapan pengetahuan nutrisi dalam kehidupan sehari-hari ibu hamil. Pengembangan materi edukasi yang lebih variatif dan kontekstual juga disarankan guna meningkatkan efektivitas kegiatan pengabdian di masa mendatang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Ciwandan, Kota Cilegon, atas dukungan dan kerja sama yang diberikan selama pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh ibu hamil yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini. Apresiasi

yang setinggi-tingginya disampaikan kepada Universitas Faletehan atas dukungan institusional yang memungkinkan terselenggaranya kegiatan ini dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Retnaningtyas E, Kartikawati E, Nilawati D. Upaya peningkatan pengetahuan ibu hamil melalui edukasi mengenai kebutuhan nutrisi ibu hamil. ADI Pengabd Kpd Masy. 2022;2(2):19–24. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
2. Tindaon RL, Prautami ES, Lubis AI, Waldani D, Pardede EE, Sari DI, et al. Gambaran pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi dalam kehamilan. J Kesmas Prima Indones. 2024;8(1):1–4. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
3. Arisona WL. Sikap Ibu Hamil Tentang Nutrisi Pada Masa Kehamilan di BPS Johana Widiyati Desa Sidorejo Kecamatan Kauman Kabupaten Tulungagung. Kebidanan. 2020;10(2):1–5. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
4. Tamrin A, Hasan EDI. Peningkatan Literasi melalui Edukasi Gizi Ibu Hamil di Posyandu dan Kunjungan Rumah. J Pengabd Meambo. 2024;3(2):112–7. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
5. Ariendha DSR, Setyawati I, Utami K, Hardaniyati H, Zulfiana Y. Peningkatan Pengetahuan Tentang Kebutuhan Nutrisi Pada Ibu Hamil. J Pengabd Pada Masy Indones. 2022;1(6):75–81. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
6. Nikmah N, Anggraeni N. Upaya Menjaga Nutrisi Ibu Hamil dan Ibu Menyusui. Indones J Community Dedication Heal. 2023;3(01):24–9. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
7. Mundari R. Pengetahuan Ibu Hamil tentang Kebutuhan Nutrisi Selama Kehamilan. J Ilmu Gizi Indones. 2022;3(1). [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
8. Sabriana R, Riyandani R, Rosmiaty R. Pemberdayaan Ibu Hamil Melalui Peningkatan Pengetahuan tentang Pentingnya Gizi dalam Kehamilan untuk Mencegah terjadinya Anemia. Abdimas Polsaka. 2022;1(1):7–11. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
9. Mey D, Ridayani R, San N, Kristianto J, Muslim M. Penggunaan Media Edukasi Gizi Aplikasi Electronic Diary Food (EDIFO) dan Metode Penyuluhan Serta Pengaruhnya Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil. Qual J Kesehat. 2020;14(1):1–10. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
10. Putri BDY, Herinawati H, Susilawati E. Pengaruh Promosi Kesehatan Tentang Bounding Attachment Berbasis Video Animasi Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil. Nurs Care Heal Technol J. 2021;1(3):155–61. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
11. Susilawati E, Herinawati H, Permata AG, Suryani S. Pengaruh Ekie Gizi Ibu Hamil Terhadap Pengetahuan Melalui Aplikasi Quizizz Pada Era New Normal di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi. Nurs Care Heal Technol J. 2021;1(3):137–43. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
12. Dewie A. Pengetahuan dan Sikap tentang tanda bahaya kehamilan berhubungan dengan pemanfaatan buku KIA. JAMBI Med JOURNAL "J Kedokt dan Kesehatan". 2021;9(2):138–46. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
13. Susanti E, Fitriani IS, Susilo HM. Deteksi Dini Kehamilan Resiko Tinggi Pada Ibu Hamil Grandemultipara Fisiologis Dengan Skor Poedji Rochjati Tinggi. Heal Sci J. 2021;5(2):43–50. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
14. Zamiatun S, Sariyati S. Pengaruh Pemberian Edukasi Berbasis Android Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Zat Besi. Universitas alma ata; 2020. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
15. Nurlaily AP, Rohmatika D, Susilaningsih EZ. Strategi Peningkatan Pengetahuan Ibu

tentang Pentingnya ASI Eksklusif Melalui E-Book dalam Mencegah Kegawatan Status Gizi di Jetis Sukoharjo. *J Kreat Pengabd Kpd Masy*. 2022;5(8):2532–43. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]

16. Ding W, Lu J, Zhou Y, Wei W, Zhou Z, Chen M. Knowledge, attitudes, practices, and influencing factors of anxiety among pregnant women in Wuhan during the outbreak of COVID-19: a cross-sectional study. *BMC Pregnancy Childbirth*. 2021;21(1):1–9. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]