

HUBUNGAN SIKAP IBU HAMIL DENGAN PERILAKU DIET SELAMA HAMIL

Dewi Susilawati^{1*}, Nur Fadri Nilakesuma²

^{1,2}Program Studi Kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi, STIKes
Mercubaktijaya, Padang

*Corresponding author: dewisusilawati39@gmail.com

ABSTRAK

Status gizi ibu selama kehamilan merupakan aspek yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin menjadi lebih optimal. WHO mengatakan 40% kematian ibu di negara berkembang disebabkan oleh KEK dan anemia selama kehamilan. Ibu hamil yang memiliki gizi kurang sangat mempengaruhi keadaan kesehatan, perkembangan janin dan merugikan hasil kehamilan. Status gizi ibu hamil dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya adalah faktor internal seperti pengetahuan, sikap, perilaku diet. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat apakah ada hubungan sikap dengan perilaku diet selama kehamilan. Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian adalah ibu hamil yang mengunjungi Bidan Praktek Mandiri di Kota Padang pada bulan Juli - Agustus 2021 sebanyak 100 ibu hamil. Pengolahan data dengan cara *editing, coding, entry* dan tabulasi data. Penelitian dianalisis dengan *chi-square*. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa terdapat hubungan sikap dengan perilaku diet selama kehamilan (nilai p value 0,002). Oleh karena itu, sikap ibu hamil sangat menentukan perilaku diet ibu hamil dalam pemenuhan nutrisi selama kehamilan.

Kata Kunci: Ibu hamil; perilaku diet; sikap

ABSTRACT

Maternal nutritional status during pregnancy is an aspect that supports optimal growth and development of the fetus. WHO says 40% of maternal deaths in developing countries are caused by KEK and anemia during pregnancy. Pregnant women who have malnutrition greatly affect the state of health, fetal development and adversely affect pregnancy outcomes. The nutritional status of pregnant women is influenced by many factors, including internal factors such as knowledge, attitude, dietary behavior. The purpose of this study was to see whether there is a relationship between attitude and dietary behavior during pregnancy. This type of research was a descriptive analytic with cross sectional design. The research sample was 100 pregnant women who visited the Independent Practicing Midwives in Padang City in July - August 2021. Data processing were carried out by editing, coding, data entry and tabulation. The research was analyzed by chi-square. Based on the results of the study, it was found that there was a relationship between attitude and dietary behavior during pregnancy (p value 0.002). Therefore, the attitude of pregnant women greatly determines the dietary behavior of pregnant women in fulfilling nutrition during pregnancy.

Keywords: Attitude; dietary behavior; pregnant women

Pendahuluan

Kesehatan memegang peranan penting dalam menghasilkan SDM berkualitas. Pengembangan SDM harus dimulai sejak usia dini. Artinya kesehatan dan gizi janin lebih baik sejak kandungan. Status gizi ibu selama kehamilan adalah aspek pendukung pertumbuhan dan perkembangan janin lebih optimal. Asupan energi berlebihan menyebabkan obesitas dan penurunan asupan gizi menyebabkan status gizi buruk dan kekurangan energi kronis (KEK), yaitu Lingkar Lengan Atas (LILA) < 23,5 cm (Marsedi., Widajanti., Aruben, 2017) (Satyarsa., et al., 2020).

WHO mengatakan 40% kematian ibu di negara berkembang disebabkan KEK dan anemia selama kehamilan. Sesuai dengan hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi KEK pada ibu hamil tergolong tinggi, yaitu 38,5% usia 15-19 tahun, 30,1% usia 20-24 tahun dan 20,9% usia 25-29 tahun. Selain itu, terjadi peningkatan prevalensi obesitas pada orang dewasa (usia >18 tahun) sejak tahun 2007, yaitu prevalensi berat badan lebih meningkat dari 8,6% menjadi 13,6% dan obesitas dari 10,5% menjadi 21,8%. Sedangkan di Kota Padang, angka kejadian anemia, KEK dan BBLR di bawah target yang ditetapkan, tetapi ibu hamil masih mengalami hal tersebut. Angka kejadian

anemia pada ibu hamil 16,9%. Anemia dan bayi berat lahir rendah (BBLR) merupakan dampak yang terjadi pada ibu dan janin akibat ibu hamil yang malnutrisi dan KEK (Gutierrez-Pliego., et al., 2016) (Kemenkes RI, 2018) (Dinkes Kota Padang, 2022).

Ibu hamil yang kurang gizi mempengaruhi kesehatan, perkembangan janin dan merugikan hasil kehamilan (Aguayo., Menon, 2016; Asayehu., et al., 2017). Dampak yang terjadi jika ibu hamil kekurangan gizi, seperti anemia, KEK, BBLR dan kekurangan nutrisi mempengaruhi jenis persalinan. (Syari., Serudji., Mariati, 2015; Aguayo., Menon, 2016; Ahmed, et al., 2016; Doyle., et al., 2016; Laili., Andriyani, 2020).

Status gizi ibu hamil dipengaruhi banyak faktor, diantaranya faktor internal seperti pengetahuan, sikap, perilaku diet dan faktor eksternal seperti sosial budaya. Pengetahuan tentang makanan bergizi baik dan menu makanan sehat pada ibu hamil sangat dibutuhkan untuk pemenuhan asupan nutrisi ibu hamil yang berkualitas dan berpengaruh pada pengambilan keputusan serta perilaku menjaga pola konsumsi makanan, sehingga mencegah terjadinya komplikasi saat kehamilan (Satyarsa., et al., 2020). Pengetahuan bukan perilaku tetapi penentu diet. Salah satu hambatan dalam perubahan perilaku adalah pengetahuan,

sikap dan keyakinan (Fallah., et al., 2013).

Salah satu bentuk kebudayaan yang dilakukan oleh masyarakat adalah perilaku. Perilaku merupakan tindakan manusia untuk pemenuhan kebutuhan berdasarkan pengetahuan, kepercayaan, nilai dan norma dengan orang yang bersangkutan. Salah satu perilaku manusia dimulai dari perilaku kesehatan, merupakan bentuk pengalaman dan interaksi individu dengan lingkungan, berkaitan dengan pengetahuan dan sikap tentang kesehatan yang membentuk tindakan individu terhadap kesehatan.

Makanan yang dikonsumsi ibu hamil sebaiknya tidak hanya mengikuti selera makan, tetapi melihat kebutuhan makanan untuk kesehatan. Ibu hamil yang mudah mengakses makanan memilih makanan yang baik. Pemilihan makanan yang baik adalah makanan yang menyediakan gizi cukup untuk kebutuhan kesehatan kehamilan. Salah satu kondisi seseorang harus memperhatikan kesehatan dan melakukan pemilihan makanan adalah saat hamil, karena pemilihan makanan ibu hamil bukan berpengaruh pada dirinya sendiri tetapi berpengaruh pada perkembangan janinnya (Symes, 2017).

Selain gizi yang cukup, pemilihan makanan dipengaruhi kepercayaan, pengetahuan dan sikap ibu hamil dalam memilih makanan, karena pemilihan

makanan pada ibu hamil akan dibentuk oleh resep sosial dan kepercayaan lingkungan, baik larangan maupun anjuran, terutama dilakukan suami dan keluarga ibu hamil (Hutchinson., et al., 2017). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara sikap dengan perilaku diet ibu hamil.

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian adalah ibu hamil yang mengunjungi Bidan Praktek Mandiri di Kota Padang pada Juli - Agustus 2021 sebanyak 100 ibu hamil. Pengolahan data dengan cara *editing, coding, entry* dan tabulasi data. Penelitian dianalisis dengan *chi-square* dan menggunakan koefisien dalam pengumpulan datanya. Langkah-langkah penelitian adalah setiap ibu hamil yang datang berkunjung ke bidan praktik mandiri dan sesuai dengan kriteria inklusi penelitian ini dijadikan responden dan diberikan koefisien penelitian.

Hasil Penelitian

Karakteristik Ibu Hamil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil yang Berkunjung ke Praktik Mandiri Bidan Kota Padang

No.	Variabel	Frekuensi	Persentase
1	Umur		
	a. Umur <20 Tahun	4	4
	b. Umur 20–35 Tahun	81	81
	c. Umur >35 Tahun	15	15

2	Paritas		
	a. Paritas ≤ 2	79	79
	b. Paritas 3-4	19	19
	c. Paritas ≥ 5	2	2
3	Pendidikan		
	a. Tinggi	84	84
	b. Rendah	16	16
4	Sikap		
	a. Baik	68	68
	b. Kurang Baik	32	32
5	Praktik Diet		
	a. Baik	61	61
	b. Kurang Baik	39	39

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan umur ibu paling banyak diantara 20-35 tahun yaitu 81%. Hasil penelitian lebih dari setengah ibu hamil memiliki paritas ≤ 2 yaitu 79% dan didapatkan sebagian besar ibu hamil berpendidikan tinggi yaitu tingkat SMA dan perguruan tinggi. Hasil penelitian ini didapatkan lebih separuh ibu hamil bersikap baik dalam pemenuhan nutrisi selama kehamilan yaitu 68%. Hasil penelitian juga didapatkan banyak ibu hamil melaksanakan praktik diet yang baik selama kehamilan yaitu 61%.

Hubungan Sikap dengan Prilaku Diet Selama Kehamilan pada Ibu Hamil

Tabel 2. Hubungan Sikap dengan Prilaku Diet Selama Kehamilan pada Ibu Hamil yang Mengunjungi Bidan Praktek Mandiri di Kota Padang

No	Sikap Ibu Hamil	Prilaku Diet				Total		P Value
		Baik		Kurang Baik		f	%	
		f	%	f	%			
1	Baik	49	72,1	19	27,9	68	100	0,002
2	Kurang Baik	12	37,5	20	62,5	32	100	
	Total	61	61	39	39	100	100	

Berdasarkan tabel tersebut didapatkan dari 68 ibu hamil yang memiliki sikap baik, 49 orang (72,1%) memiliki pola makan yang baik dan 19 orang (27,9%) memiliki pola makan kurang baik. Dari 32 ibu hamil yang memiliki sikap kurang baik, 12 orang (37,5%) memiliki pola makan yang baik dan 20 orang (62,5%) memiliki pola makan kurang baik. Hasil uji statistik *chi - square* didapatkan p value 0.001, artinya terdapat hubungan antara sikap ibu hamil dengan pola makan selama kehamilan.

Pembahasan

Karakteristik Ibu Hamil

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan umur ibu hamil diantara umur 20-35 tahun yaitu 81%. Sejalan dengan penelitian Erry Yudhya Mulyani., dkk. (2020) rata-rata usia ibu hamil pada penelitiannya direntan usia 20-35 tahun termasuk kelompok usia reproduktif sehat. Saat hamil, sebaiknya ibu memiliki usai ideal reproduktif karena dapat menurunkan resiko tinggi yang terjadi selama kehamilan terutama masalah yang ditimbulkan karena kurang nutrisi (Mulyani., et al., 2020).

Semakin muda usia ibu hamil, kebutuhan gizi meningkat, dimana usia < 20 tahun adalah masa pertumbuhan dan perkembangan, sehingga membutuhkan nutrisi yang banyak, sama halnya usia yang

sudah tua seperti usia > 35 tahun, dimana pada usia ini fungsi organ sudah berkurang, sehingga membutuhkan tambahan nutrisi dan energi dalam pertumbuhan dan perkembangan janin (Robit, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian, lebih dari setengah ibu hamil memiliki paritas ≤ 2 yaitu 79%. Sejalan dengan penelitian Leny Budhi Harti., dkk. (2016) dimana distribusi kehamilan responden paling banyak adalah kehamilan pertama dan kedua. Semakin banyak paritas ibu, mempengaruhi status kesehatan ibu dan janin yang dikandung (Harti). Paritas yang termasuk faktor resiko tinggi kehamilan adalah grandemultigravida yang dapat mempengaruhi optimalisasi ibu dan janin pada kehamilan yang dihadapi (Dharma, 2019). Pengaturan jumlah anak penting untuk memastikan kebutuhan nutrisi selama kehamilan. semakin sering ibu melahirkan menyebabkan ibu kehilangan energi dan tidak memiliki kesempatan memulihkan kesehatannya (Fitriani, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar ibu hamil berpendidikan tinggi, yaitu tingkat SMA dan Perguruan Tinggi. Sejalan dengan penelitian Zahroh Shaluhya., dkk. (2020) bahwa kebanyakan ibu hamil berpendidikan menengah ke atas yaitu 62,5%. Selain itu, terdapat hubungan pengetahuan ibu dengan

praktik diet ibu hamil (Shaluhyah., et al., 2020). Pengetahuan dan kemampuan seseorang dipengaruhi latar belakang Pendidikan, semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah menerima informasi (Bustan., et al., 2021).

Latar belakang pendidikan seseorang merupakan salah satu unsur penting yang mempengaruhi perilaku seseorang, karena dengan pendidikan tinggi diharapkan informasi yang dimiliki tentang gizi lebih baik. Tingkat pendidikan seseorang berpengaruh dalam memberikan respon terhadap sesuatu yang datang dari luar, sehingga yang berpendidikan tinggi akan memberikan respon yang baik dari pada yang berpendidikan rendah (Idealistianan., Simanjuntak, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan bahwa lebih separuh ibu hamil bersikap baik dalam pemenuhan nutrisi selama kehamilan yaitu 68%. Sejalan dengan penelitian Zahroh Shaluhya., dkk. (2020) bahwa kebanyakan sikap ibu hamil kurang mendukung pemberian makanan sehat selama kehamilan terutama dalam pemeliharaan dan pengadaan makanan, banyak ibu berpendapat bila dalam keadaan terpaksa boleh tidak mengikuti aturan kesehatan yang benar, ini tergantung sosial ekonomi ibu (Shaluhyah., et al., 2020).

Hasil penelitian juga didapatkan

banyak ibu hamil yang melaksanakan praktik diet yang baik selama kehamilan yaitu 61%. Berbeda dengan penelitian Lia Idealistiana., Rut Hosianna Simanjunta (2019) didapatkan banyak ibu hamil berperilaku kurang dalam pengaturan pola makan semasa kehamilan. Pemenuhan nutrisi ibu hamil dipengaruhi banyak faktor, yaitu pengetahuan, pendidikan, usia dan banyak yang mempengaruhi pemenuhan nutrisi selama hamil.

Sejalan dengan penelitian Zahroh Shaluhiya., dkk. (2020) bahwa kebanyakan ibu memiliki praktik diet yang baik dalam pemenuhan gizi selama kehamilan yaitu 53%. Pola makan ibu hamil dipengaruhi oleh pengetahuan tentang gizi, sikap dan kepercayaan tentang makanan yang menjadi kebiasaan dimakan ibu hamil. Selain itu, ketersediaan makanan di rumah berkaitan dengan sosial ekonomi keluarga, budaya dan faktor psikologis ibu hamil mempengaruhi pemenuhan nutrisi selama kehamilan (Shaluhayah., et al., 2020).

Hubungan Sikap dengan Prilaku Diet Selama Kehamilan pada Ibu Hamil

Berdasarkan tabel di atas didapatkan dari 68 orang ibu hamil yang memiliki sikap baik sebanyak 49 orang (72,1%), memiliki pola makan yang baik 19 orang (27,9%) dan memiliki pola makan yang

kurang baik. Dari 32 orang ibu hamil yang memiliki sikap kurang baik, 12 orang (37,5%) memiliki pola makan yang baik dan 20 orang (62,5%) memiliki pola makan yang kurang baik. Hasil uji statistik *chi - square* didapatkan p value 0.001, artinya terdapat hubungan antara sikap ibu hamil dengan pola makan selama kehamilan.

Sikap adalah predisposisi untuk melakukan atau tidak melakukan perilaku tertentu, sehingga sikap bukan kondisi internal psikologis yang murni dari individu (*purely psychic inner state*), tetapi sikap merupakan proses kesadaran yang sifatnya individual. Artinya, proses ini terjadi secara subyektif dan unik pada diri setiap individu. Keunikan ini dapat terjadi oleh adanya perbedaan individual yang berasal dari nilai dan normal yang ingin dipertahankan dan dikelola oleh individu. Sikap seseorang individu dipengaruhi pengalaman, informasi kesehatan, kebudayaan, media massa, lembaga pendidikan, lembaga agama dan emosional (Ramdhani, 2016).

Sejalan dengan penelitian Wubishet Gezimu., dkk. (2022) bahwa sikap berkaitan dengan praktik gizi selama hamil. Selain itu, ibu yang memiliki sikap yang baik lima kali lebih mungkin memiliki praktik gizi baik selama kehamilan. Penelitian ini sama dengan yang dilakukan Zahroh Shaluhiya., dkk. (2020) bahwa

terdapat hubungan antara sikap ibu dan praktik diet ibu hamil.

Banyak faktor yang mempengaruhi sikap seseorang, di antaranya pengetahuan, pengalaman, gaya hidup dan faktor sosial psikologis seseorang. Sama halnya dengan sikap ibu hamil dalam pemenuhan nutrisi ibu hamil, sebagian kecil ibu berpendapat bahwa tidak harus makan dengan gizi seimbang karena kondisi ekonomi keluarga terbatas, pekerjaan, dan tidak punya waktu dalam menyediakan makanan lengkap, sehingga pemenuhan nutrisi seadanya (Widiastuti, Mutyara., Siddiq, 2015).

Lalu, dalam penelitian Taddese Alemu Zerfu., dkk. (2018) menyatakan pengetahuan ibu membentuk sikap dan keyakinannya dalam diet saat hamil dan menghasilkan praktik diet yang baik. Dukungan keluarga terutama suami juga mempengaruhi praktik ibu hamil dalam pemenuhan nutrisi selama kehamilan. Ibu hamil memiliki sikap positif terhadap diet yang berakibat dengan kenaikan berat badan yang ideal selama hamil. Perilaku baik berpengaruh besar terhadap status gizi selama kehamilan (Nivedita., Shanthini, N., 2016). Semakin buruk perilakunya dimasa sebelum atau selama hamil, berdampak pada status gizi ibu hamil.

Berdasarkan penelitian ini didapatkan perilaku ibu hamil tentang perilaku yang

baik berpengaruh besar terhadap status gizi selama kehamilan (Nivedita., Shanthini, N., 2016). Semakin buruk perilakunya dimasa sebelum atau selama kehamilan berdampak pada nutrisi selama kehamilan dengan kriteria baik. Ibu hamil dengan status gizi berdasarkan kunjungan ANC berperilaku baik. Hal tersebut dikarenakan edukasi yang diberikan petugas tentang pentingnya konsumsi gizi seimbang bagi ibu hamil (Satyarsa., et al., 2020).

Selain itu, sebagian besar ibu hamil menjawab melakukan pantangan makanan tertentu, seperti telur, buah nenas karena larangan ibu atau mertua di rumah. Pantangan makan atau tabu makanan pada ibu hamil merupakan faktor budaya yang mempengaruhi perilaku pola makan ibu. Tidak mengkonsumsi daging dengan alasan dapat membuat anak menjadi lesu dan kesulitan bekerja merupakan salah satu tabu makanan yang terjadi di Negara Nigeria Selatan (Ekwochi., et al., 2016). Minuman nanas dan gula tebu dianggap makanan tabu oleh lebih dari separuh ibu hamil di Negara Malaysia. Alasan paling umum untuk menghindari makanan adalah ketakutan akan aborsi (95,2%), diikuti ketakutan akan pendarahan berlebihan selama persalinan (34,6%) (Mohamad., Yee Ling., 2016).

Perilaku pantangan makanan pada ibu hamil akibat faktor budaya sebuah fakta

yang sering dijumpai pada masyarakat. Campur tangan suami, ibu, mertua menjadi sumber pantangan makanan pada ibu hamil. Beberapa jenis makanan dianjurkan untuk dikonsumsi ibu hamil agar kehamilan berjalan baik, asupan gizi ibu dan janin terpenuhi, namun ibu hamil memilih untuk melakukan pemilihan dan pantangan makan karena menghormati saran pasangan ataupun orang tua (Susilawati, 2022) (Riang'a, Broerse., Nangulu, 2017).

Simpulan

Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan sikap dengan perilaku diet selama kehamilan (nilai pvalue 0,002). Oleh karena itu, sikap ibu hamil sangat menentukan perilaku diet ibu hamil dalam pemenuhan nutrisi selama kehamilan.

Daftar Pustaka

- Aguayo, V.M., Menon, P. 2016. *Stop Stunting: Improving Child Feeding, Women's Nutrition and Household Sanitation in South Asia*. Maternal and Child Nutrition, Vol.12 Hal.3-11. doi: 10.1111/mcn.12283.
- Ahmed, T., et al. 2016. *Imperatives for Reducing Child Stunting in Bangladesh*. Maternal and Child Nutrition, Vol.12 Hal.242-245. doi: 10.1111/mcn.12284.
- Asayehu, T.T., et al. 2017. *Dietary Behaviour, Food and Nutrient Intake of Women do not Change During Pregnancy in Southern Ethiopia*. Maternal and Child Nutrition, Vol.13 No.2 Hal.1-10. doi: 10.1111/mcn.12343.
- Bustan, W.N., et al. 2021. *Hubungan Pola Konsumsi dan Pengetahuan Gizi dengan Kejadian Kurang Energi Kronik pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sudiang Kota Makassar*. The Journal of Indonesian Community Nutrition, Vol.10 No.1 Hal.34-51.
- Dharma, I.P.P.S. 2019. *Paritas Sebagai Faktor Risiko Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil di Kecamatan Biduk-Biduk Kabupaten Berau*. Indonesian Journal of Obstetrics and Gynecology Science Vol.2 No.2 Hal.111-117.
- Dinas Kesehatan Kota Padang. 2022. *Laporan Tahunan Tahun 2021 Edisi 2022*. Padang: Dinkes.
- Doyle, I.M., et al. 2016. *Determinants of Dietary Patterns and Diet Quality During Pregnancy: A Systematic Review with Narrative Synthesis*. Public Health Nutrition, Vol.20 No.6 Hal.1009-1028. doi: 10.1017/S1368980016002937.
- Ekwochi, U., et al. 2016. *Food Taboos and Myths in South Eastern Nigeria: The Belief and Practice of Mothers in the Region*. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine, Vol.12 No.1 Hal.1-6. <https://doi.org/10.1186/s13002-016-0079-x>.
- Fallah, F. et al. (2013) 'Effects of Nutrition Education on Levels of Nutritional Awareness of Pregnant Women in Western Iran', International Journal of Endocrinology and Metabolism, 11(3), pp. 175-178. doi: 10.5812/ijem.9122.
- Fitriani, S. 2017. *Faktor-faktor Yang Berhubungan dengan Status Gizi Ibu Hamil di Wilayah Kecamatan Singaparna Tahun 2017*. Jurnal Kesehatan, Vol.VI Hal.83-91.
- Gezimu, W., Bekele, F., Habte, G. 2022. *Pregnant Mothers Knowledge, Attitude, Practice and its Predictors*

- Towards Nutrition in Public Hospitals of Southern Ethiopia: A Multicenter Cross-Sectional Study*. Sage Open Medicine.
doi: 10.1177/20503121221085843.
- Gutierrez-Pliego, L.E., et al. 2016. *Dietary Patterns Associated with Body Mass Index (BMI) and Lifestyle in Mexican Adolescents*. BMC Public Health, Vol.16 No.1 Hal.17.
doi: 10.1186/s12889-016-3527-6.
- Hutchinson, A.D., et al. 2017. *Understanding Maternal Dietary Choices During Pregnancy: The Role of Social Norms and Mindful Eating*. Appetite, Vol.112 Hal.227-234.
doi: 10.1016/j.appet.2017.02.004.
- Idealistianan, L., Simanjuntak, R.H. 2019. *Pengetahuan, Pendidikan, Umur Hubungan dengan Perilaku Pola Makan Selama Kehamilan pada Ibu Hamil di Puskesmas Aren Jaya Kota Bekasi*. Jurnal Atara Kebidanan, Vol.2 No.1 Hal.24-29.
- Kemkes, RI. 2018. *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Kementerian Kesehatan RI, Vol.53 No.9 Hal. 1689-1699.
- Laili, U., Andriyani, R.A.D. 2020. *Pengaruh Status Nutrisi Ibu Hamil Terhadap Jenis Persalinan*. Jurnal Menara Medika, Vol.2 No.2 Hal.119-127.
- Marsedi, G., Widajanti, L., Aruben, R. 2017. *Hubungan Sosial Ekonomi dan Asupan Zat Gizi dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada Ibu Hamil di Wilayah Puskesmas Sei Jang Kec. Bukit Bestari Kota Tanjung Pinang Tahun 2016*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, Vol.5 No.3 Hal.138-147.
- Mohamad, M., Yee Ling, C. 2016. *Food Taboos of Malay Pregnant Women Attending Antenatal Check-up at the Maternal Health Clinic in Kuala Lumpur*. Integrative Food, Nutrition., Metabolism, Vol.3 No.1 Hal.262-267.
<https://doi.org/10.15761/ifnm.100014>
- 0.
- Mulyani, E.Y., et al. 2020. *Pengetahuan, Sikap, Perilaku dan Asupan Gizi Berdasarkan Status Hidrasi Ibu Hamil*. Jurnal Gizi Klinik Indonesia, Vol.17 No.2 Hal. 87-95. doi: 10.22146/ijcn.59101.
- Nivedita, K., Shanthini N.F. 2016. *Knowledge, Attitude and Practices of Pregnant Women Regarding Anemia, Iron Rich Diet and Iron Supplements and its Impact on their Hemoglobin Levels*. International Journal of Reproduction, Contraception, Obstetrics and Gynecology, Vol.5 No.2 Hal.425-431.
- Ramdhani, N. 2016. *Pembentukan dan Perubahan Sikap*. Url: <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>.
- Riang'a, R.M., Broerse, J., Nangulu, A.K. 2017. *Food Beliefs and Practices Among the Kalenjin Pregnant Women in Rural Uasin Gishu County, Kenya*. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine, Vol.13 No.1 Hal.1-16. Url: <https://doi.org/10.1186/s13002-017-0157-8>.
- Robit, N.A. 2020. *Hubungan Pola Makan Ibu Saat Hamil dengan Berat Badan Lahir Bayi di Desa Wringinpitu Wilayah Kerja Puskesmas Tegaldlimo Banyuwangi*. Repository Universitas Muhammadiyah Jember, Hal.1-16.
- Satyarsa, A.B.S., et al. 2020. *Selama Kehamilan di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Mengwi I*. Hal.20-29.
- Satyarsa, A.B.S., et al. 2020. *Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Ibu Hamil terhadap Nutrisi Selama Kehamilan di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Mengwi I Bndung*. Bali: Gema Kesehatan, Vol.12 No.1.
- Shaluhiyah, Z. et al. 2020. *Pengetahuan, Sikap dan Praktik Ibu dalam Pemberian Makanan Sehat Keluarga di Kota Semarang*. Jurnal Gizi

- Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition), Vol.8 No.2 Hal.92-101. doi: 10.14710/jgi.8.2.92-101.
- Syari, M., Serudji, J., Mariati, U. 2015). *Peran Asupan Zat Gizi Makronutrien Ibu Hamil terhadap Berat Badan Lahir Bayi di Kota Padang*. Jurnal Kesehatan Andalas, Vol.4 No.3 Hal.729-736. doi: 10.25077/jka.v4i3.355.
- Symes, E. 2017. *The Transition to Motherhood: Psychological Factors Associated with Pregnancy, Labour and Birth*. Australian Psychological Society, Vol.39 No.1.
- Widiastuti, W., Mutyara, K., Siddiq, A. 2015. *Knowledge, Attitude and Nutritional Status in Pregnant Women*. Althe Medica Journal, Vol. 2 No.2 Hal.231-234.
- Zerfu, T.A., Biadgilign, S. 2018. *Pregnant Mothers Have Limited Knowledge and Poor Dietary Diversity Practices but Favorable Attitude Towards Nutritional Recommendations in Rural Ethiopia*. Evidence from Community-Based Study BMC Nutrition, Hal.1-9.