

JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

Hubungan Pengetahuan Sikap dan Tingkat Pendidikan Terhadap Kebutuhan Nutrisi Pada Ibu Hamil

Relationship Between Knowledge Attitude and Education Level to Nutritional Needs in Pregnant Women

Mawadhah Yusran, Saipullah, Muzaffar

STIKes Payung Negeri Aceh Darussalam

Article Info

Article History

Received: 26 Apr 2024

Revised: 07 Mei 2024

Accepted: 19 Mei 2024

ABSTRACT / ABSTRAK

Disorders in pregnancy can occur if the nutritional input in pregnant women is not in accordance with the needs, both disorders of the mother and the fetus she is carrying. The nutritional status of the mother before and during pregnancy can affect the growth of the fetus that is being conceived. In other words, the baby who will be born is very dependent on the nutritional state of the mother before and during pregnancy. This study aims to determine the relationship between knowledge, attitude and education level towards nutritional needs in pregnant women. This type of research is descriptive research with a cross sectional study design. This study used a total sampling technique with a total sample size of 55 samples. Data analysis in the study used the Chi-Square statistical test. Data analysis in research uses the Chi-Square statistical test. The results of the analysis found that there was a relationship between knowledge (p Value = 0.033), maternal attitudes (p Value = 0.000), level of education (p Value = 0.000) with the nutritional needs of pregnant women. This shows that there is a relationship between knowledge, attitude and education level towards nutritional needs of pregnant women in the working area of Ronga-ronga Public Health Center.

Keywords: Nutritional needs, knowledge, attitudes and education level

Gangguan dalam kehamilan dapat terjadi apabila masukkan gizi pada ibu hamil tidak sesuai dengan kebutuhan, baik gangguan terhadap ibu maupun janin yang dikandungnya. Status gizi ibu sebelum dan selama hamil dapat mempengaruhi pertumbuhan janin yang sedang dikandung. Dengan kata lain bayi yang akan dilahirkan sangat tergantung pada keadaan gizi ibu sebelum dan selama hamil. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan sikap dan tingkat pendidikan terhadap kebutuhan nutrisi pada ibu hamil. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan desain *cross sectional study*. Penelitian ini menggunakan teknik total sampling dengan jumlah sampel sebanyak 55 sampel. Analisis data dalam penelitian menggunakan uji statistik *Chi-Square*. Hasil analisis menemukan, terdapat hubungan pengetahuan (p Value = 0,033), sikap ibu (p Value = 0,000), tingkat pendidikan (p Value = 0,000) dengan kebutuhan nutrisi pada ibu hamil. Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan, sikap dan tingkat pendidikan terhadap kebutuhan nutrisi pada ibu hamil di wilayah kerja Pukesmas Ronga-ronga.

Kata kunci: Kebutuhan nutrisi, pengetahuan, sikap dan tingkat pendidikan

Corresponding Author:

Name : Saipullah

Affiliate : STIKes Payung Negeri Aceh Darussalam

Address : Jl. Bireuen-Takengon Desa Lut Kucak Kec. Wih Pesam Kabupaten Bener Meriah

Email : saipullah.zhino@gmail.com

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan periode yang menentukan untuk kualitas sumber daya manusia dimasa depan karena tumbuh kembang anak sangat ditentukan oleh kondisi janin dalam kandungan. Pada masa kehamilan kebutuhan nutrisi memiliki peran yang sangat penting karena akan mempengaruhi kondisi janin dan ibu. Setiap Ibu hamil memiliki kebutuhan nutrisi yang berbeda dengan ibu tidak hamil, karena ada janin yang tumbuh dirahimnya. Kebutuhan nutrisi dilihat tidak hanya dari porsi tetapi harus ditentukan pada mutu zat-zat nutrisi yang terkandung dalam makanan yang dikonsumsi (Ismaulidia, dkk, 2021).

Status nutrisi ibu hamil dapat dilihat berdasarkan indeks masa tubuh (IMT) ibu pada awal kehamilan sehingga dari sini petugas kesehatan dapat menentukan seberapa banyak ibu hamil di anjurkan untuk menaikkan berat badannya. Hal tersebut bertujuan untuk mencukupkan kebutuhan nutrisi janin serta persiapan menghadapi proses persalinan. Selain itu, pada ibu hamil pertama kali atau primi gravida khususnya, petugas kesehatan akan melakukan pengukuran Lingkar lengan Atas (LLA) untuk menentukan status gizi ibu hamil. Apabila lingkar lengan ibu kurang dari standar kesehatan, maka petugas kesehatan akan melakukan pemantauan terhadap kehamilan tersebut terutama pertumbuhan janin dalam rahim (Laili & Andriyani, 2020).

Kekurangan nutrisi merupakan salah satu gangguan nutrisi yang paling sering terjadi selama kehamilan kekurangan nutrisi ini dapat dicegah dengan suplementasi besi. Jenis kekurangan nutrisi lain dapat disebabkan oleh defisiensi asam folat dan vitamin B12. Kekurangan nutrisi defisiensi besi adalah kekurangan nutrisi yang disebabkan oleh kurangnya zat besi dalam tubuh, sehingga kebutuhan zat besi (Fe) untuk eritropoiesis tidak cukup, yang ditandai dengan gambaran sel darah merah hipokrommikrositer, kadar besi serum (Serum Iron = SI) dan jenuh transferin menurun, kapasitas ikat besi total (Total Iron Binding Capacity/TIBC) meninggi dan cadangan besi dalam sumsum tulang serta ditempat yang lain sangat kurang atau tidak ada sama sekali. Banyak faktor yang dapat menyebabkan timbulnya kekurangan nutrisi defisiensi besi, antara lain, kurangnya asupan zat besi dan protein dari makanan, konsumsi makanan zat penghambat absorpsi zat besi, adanya gangguan absorpsi di usus, perdarahan akut maupun kronis, dan meningkatnya kebutuhan zat besi seperti pada wanita hamil (Fitra, Sobar, 2019).

Perbaikan gizi dan kesehatan ibu hamil sangat terkait dengan tingkat pendidikan, pengetahuan, serta sikap dalam pemenuhan kebutuhan zat gizi selama hamil. Pengetahuan yang tidak memadai dan praktik yang tidak tepat merupakan hambatan terhadap peningkatan gizi. Pada umumnya, orang tidak menyadari pentingnya gizi selama kehamilan dan dua tahun pertama kehidupan. Perempuan sering tidak menyadari pentingnya gizi mereka sendiri (Wayan Dian Ekayanthi et al., 2019). Pemenuhan gizi saat hamil menjadi hal yang sangat penting, oleh karena itu, sikap dan perilaku ibu hamil pun harus baik. Sikap dan perilaku tersebut dipengaruhi oleh pengetahuan. (Puspita Yuniar et al., 2020). Pendampingan gizi dapat mempengaruhi pengetahuan, sikap dan tindakan ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi saat hamil. Selain itu, pada tingkatan selanjutnya, yaitu sikap merupakan kecenderungan seseorang untuk bertindak, berupa respons tertutup terhadap stimulus maupun objek tertentu. Sikap bukanlah suatu tindakan ataupun aktivitas, akan tetapi merupakan sebuah kecenderungan untuk melakukan tindakan atau perilaku (Panjaitan et al., 2022).

Pengetahuan tentang gizi ibu hamil yang baik dan praktik diet sebelum dan selama kehamilan seringkali tidak diprioritaskan dalam upaya penanganan permasalahan gizi. Padahal, pengetahuan ibu dan kualitas pola makan ibu sebelum dan selama hamil sangat diperlukan untuk memastikan terjadinya kelahiran bayi yang sehat dan mencegah stunting (Shaluhiyah & Kusumawati, 2020). Pengetahuan dan sikap positif ibu memainkan peran kunci dalam proses praktik menyusui eksklusif (Sabriana et al., 2022). Menurut UU RI No.23 Tahun 2003 Tingkat Pendidikan seseorang dapat mendukung atau mempengaruhi tingkat pengetahuan yaitu semakin tinggi pendidikan maka semakin tinggi pengetahuan seseorang karena pendidikan yang tinggi mempermudah ibu menerima informasi baru sehingga tidak acuh terhadap informasi kesehatan sedangkan semakin rendah pendidikan maka pengetahuan pun sangat terbatas sehingga acuh terhadap program kesehatan yang ada (Anggoro Wasono et al., 2021).

Pengetahuan mengenai nutrisi pada saat kehamilan sangatlah penting bagi ibu-ibu yang sedang hamil, karena pengetahuan dapat mempengaruhi sikap dan perilaku mereka dalam menjaga pola konsumsi makanan sehari-hari (Chandra et al., 2019). Sedangkan status gizi pada saat kehamilan juga perlu diperhatikan, kebutuhan akan zat besi juga meningkat sejalan dengan pertambahan umur kehamilan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan sikap dan tingkat pendidikan terhadap kebutuhan nutrisi pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Ronga Ronga Kabupaten Bener Meriah.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan metode analitik observasional dengan desain *Cross Sectional study* (Burhannudin, 2022). lokasi penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Ronga Ronga Kabupaten Bener Meriah. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 55 ibu hamil dengan teknik pengambilan sampel *Total Sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dan analisis data secara bivariat dengan uji *chi Square* (Djaali, 2020).

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian

Variabel	Frekuensi	
	n	%
Pengetahuan	Baik	8 14,5
	Cukup	14 25,4
	Kurang	33 60
Sikap	Positif	38 69
	Negatif	17 30,9
Tingkat Pendidikan	Tinggi	21 38,1
	Sedang	17 30,9
	Rendah	17 30,9

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 1, hasil penelitian menunjukkan dari 55 responden diperoleh hasil Pengetahuan Ibu dengan kategori baik sebanyak 8 responden (14,5%), kategori cukup 14 responden (25,4%), kategori kurang 33 responden (60%). Berdasarkan Sikap Ibu, kategori positif sebanyak 38 responden (69%), kategori negatif sebanyak 17 responden (30,9%). Dan tingkat pendidikan ibu terhadap kebutuhan nutrisi pada ibu hamil, kategori tinggi sebanyak 21 responden (38,1%), kategori sedang sebanyak 17 responden (30,9%) dan kategori rendah sebanyak 17 responden (30,9%).

Analisis Bivariat

Tabel 2. Analisis Bivariat

Variabel	Kebutuhan nutrisi pada ibu hamil				Total		p Value
	Cukup		Tidak cukup		n	%	
	n	%	n	%			
Pengetahuan Ibu							
Baik	8	14,5	0	0,0	8	100	0,033
Cukup	14	25,5	0	0,0	14	100	
Kurang	9	16,4	24	43,6	33	100	
Jumlah	24	43,6	31	43,6	55	100	
Sikap Ibu							
Positif	0	0,00	7	12,7	7	100	0,000
Negatif	31	56,4	17	30,9	48	100	
Jumlah	31	56,4	24	43,6	55	100	
Tingkat Pendidikan							
Tinggi	21	38,2	0	0,0	21	100	0,000
Sedang	10	18,2	7	12,7	17	100	
Rendah	0	0,00	17	30,9	17	100	
Jumlah	31	38,2	24	43,6	55	100	

Sumber: Data Primer (diolah), 2023

Berdasarkan tabel diatas bahwa dari 55 responden berada pada kategori pengetahuan cukup dalam memenuhi kebutuhan nutrisi berjumlah 14 responden (25,5 %), dan yang tidak cukup dalam memenuhi kebutuhan nutrisi berjumlah 0 responden (0,0%). dari 55 responden berada pada kategori pengetahuan kurang dalam memenuhi kebutuhan nutrisi berjumlah 9 responden (16,4%) dan yang tidak cukup dalam memenuhi kebutuhan nutrisi berjumlah 24 responden (43,6%). Dan dari 55 responden berada pada kategori pengetahuan baik dalam memenuhi kebutuhan nutrisi berjumlah 8 responden (14,5%) dan yang tidak cukup dalam memenuhi kebutuhan nutrisi berjumlah 0 responden (0,0%). Berdasarkan hasil uji statistik Chi Square dilakukan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan kebutuhan nutrisi pada ibu hamil, diperoleh nilai P Value 0,033 ($P \leq 0,05$). Hal ini menunjukkan secara statistik bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kebutuhan nutrisi pada ibu hamil.

Dari 55 responden berada pada kategori sikap positif yang cukup dalam memenuhi kebutuhan nutrisi pada ibu hamil berjumlah 0 responden (0,00%), dan yang tidak cukup dalam memenuhi kebutuhan nutrisi berjumlah 7 responden (12,7%). dari 55 responden berada pada kategori sikap negative cukup dalam memenuhi kebutuhan nutrisi pada ibu

hamil yang berjumlah 31 responden (56,4%), dan yang tidak cukup dalam memenuhi kebutuhan nutrisi berjumlah 17 responden (30,9%). Berdasarkan hasil uji statistik Chi Square dilakukan untuk mengetahui sikap ibu dengan kebutuhan nutrisi pada ibu hamil, diperoleh nilai P Value 0,000 ($P \leq 0,05$). Hal ini menunjukkan secara statistik bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara sikap ibu dengan kebutuhan nutrisi pada ibu hamil.

Selanjutnya dari 55 responden berada pada kategori pendidikan tinggi yang cukup dalam memenuhi kebutuhan nutrisi pada ibu hamil berjumlah 21 responden (38,2%), dan yang tidak cukup dalam memenuhi kebutuhan nutrisi berjumlah 0 responden (0,00%). dari 55 responden berada pada kategori pendidikan sedang cukup dalam memenuhi kebutuhan nutrisi pada ibu hamil yang berjumlah 10 responden (18,2%), dan yang tidak cukup dalam memenuhi kebutuhan nutrisi berjumlah 0 responden (0,0%). Dan dari 55 responden berada pada kategori pendidikan rendah yang cukup dalam memenuhi kebutuhan nutrisi pada ibu hamil melakukan berjumlah 0 responden (0,0%) dan yang tidak cukup dalam memenuhi kebutuhan nutrisi pada ibu hamil berjumlah 15 responden (25,0%). Berdasarkan hasil uji statistik Chi Square dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat pendidikan dengan kebutuhan nutrisi pada ibu hamil, diperoleh nilai P Value 0,033 ($P \leq 0,05$). Hal ini menunjukkan secara statistik bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pendidikan dengan kebutuhan nutrisi pada ibu hamil.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian diperoleh ada hubungan pengetahuan sikap dan tingkat pendidikan terhadap kebutuhan nutrisi pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Ronga Ronga. Pada penelitian ini sebagian besar ibu hamil yang memiliki pendidikan rendah selama memenuhi kebutuhan nutrisi kehamilan. Demikian juga halnya dengan pengetahuan dan sikap pada responden yang kurang baik sebagian besar memiliki kebutuhan nutrisi pada ibu hamil kurang baik. Upaya peningkatan pengetahuan tentang nutrisi diantaranya adalah Penyuluhan kesehatan yang dilakukan dengan cara menyebarkan informasi-informasi pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan serta terjadi peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan sikap terhadap nutrisi ibu hamil (Soekmawaty Riezqy Ariendha et al., 2022).

Pengetahuan ibu hamil tentang gizi mempunyai peranan yang penting dalam pemenuhan gizi ibu. Gizi ibu hamil yang baik dibutuhkan agar pertumbuhan janin berjalan pesat dan tidak mengalami hambatan. Kurangnya pengetahuan ibu hamil terhadap manfaat gizi selama kehamilan dapat menyebabkan ibu hamil kekurangan nutrisi. Ibu hamil bila mengalami kurang gizi terutama zat besi dan asam folat maka dapat terjadi anemia defisiensi zat besi. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Salsabilah & Suryaalamsah, 2022).

Sikap merupakan kesiapan merespon yang sifatnya positif atau negatif terhadap suatu obyek atau situasi secara konsisten (Wayan Dian Ekayanthi et al., 2019). Sikap yang ada pada diri manusia yang dapat mendorong atau menyebabkan suatu tindakan tertentu, namun dibalik kemauan tersebut proses ini tidak terjadi dengan sendirinya, melainkan ada beberapa tahapan, salah satunya adalah proses belajar dari pengalaman. Banyaknya pengalaman yang

diperoleh dapat membantu ibu hamil untuk menentukan sikap terhadap suatu tindakan yang akan dilakukan ibu hamil (Putri Afriliany et al., 2022).

Pendidikan merupakan salah satu hal yang penting untuk manusia dalam menyempurnakan kehidupannya. Pada umumnya ibu hamil yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi akan berpengaruh terhadap kesehatan pertumbuhan janinnya dalam menyeimbangkan pola konsumsi gizi yang diperlukan oleh janin dibandingkan dengan ibu hamil yang memiliki tingkat pendidikan yang rendah. Hal ini dapat didukung oleh sebuah fakta yang menyatakan bahwa ibu hamil yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi lebih memiliki banyak pengetahuan dan kemampuan tentang mengumpulkan informasi yang berkaitan dengan makanan yang bergizi untuk mencegah terjadinya anemia dibandingkan dengan ibu hamil dengan tingkat pendidikan rendah (Sulaiman et al., 2022).

KESIMPULAN DAN SARAN

Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan hubungan pengetahuan sikap dan tingkat pendidikan terhadap kebutuhan nutrisi pada ibu hamil. Oleh karena itu perlu adanya kesadaran dari ibu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi pada saat hamil, guna mencegah timbulnya penyakit dan mengurangi resiko tingginya gizi buruk.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggoro Wasono, H., Husna, I., Mulyani, W., & Patologi Klinik Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin, D. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Beberapa Wilayah Indonesia. *Jurnal Medika Malahayati*, 5(1), 59–66. <https://doi.org/10.33024/jmm.v5i1.3891>
- Chandra, F., Junita, D., Fatmawati, T. Y., Studi, P., Gizi, I., Tinggi, S., Kesehatan, I., Jambi, B., Program, I., Diii, S., Keperawatan, S., Tinggi, I., Kesehatan, B., & Jambi, I. (2019). Tingkat Pendidikan Dan Pengetahuan Ibu Hamil Dengan Status Anemia. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 9(04), 653–659. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v9i04.398>
- Fitra Amelia, Sobar Darmadja, 2019 Pengaruh Layanan Kesehatan Dan Lingkungan Keluargate rhadap Pengambilan Keputusan Pemenuhan Gizi Ibu Hamil, <https://jurnalilmiah.lci.ac.id/index.php/ji>
- Laili, U., & Andriyani, R. A. D. (2020). Pengaruh Status Nutrisi Ibu Hamil Terhadap Jenis Persalinan. *Menara Medika*, 3(1). <https://doi.org/10.31869/mm.v3i1.2191>
- Panjaitan, H. C., Sagita, D. I., Rusfianti, A., & Febriyadin, F. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kejadian Kek Pada Ibu Hamil di Puskesmas Gemolong. *Darussalam Nutrition Journal*, 6(2), 72–81. <https://doi.org/10.21111/dnj.v6i2.8258>
- Pendampingan Ibu Hamil Dalam Upaya Peningkatan Status Gizi | Jurnal Inovasi & Terapan Pengabdian Masyarakat*. (N.D.). Retrieved May 11, 2024, From <https://journal.polita.ac.id/index.php/abdi/article/view/19>
- Pengantar Metodologi Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan Masyarakat - Google Books*. (N.D.). Retrieved May 11, 2024, From https://www.google.co.id/books/edition/Pengantar_Metodologi_Penelitian_Kedokteran/Utpleaaaqbaj?hl=id&gbpv=1&dq=buku+metode+l+tentang+metode+cross+sectional+2020&printsec=frontcover
- Puspita Yuniar, W., Khomsan, A., Dewi, M., Rahmadia Ekawidnyani, K., & Vipta Resti Mauludyani, A. (2020). *Hubungan Antara Perilaku Gizi Dan Perilaku Hidup Bersih Dan*

- Sehat (Phbs) Dengan Status Gizi Baduta di Kabupaten Cirebon Association Between Nutritional Behavior And Clean And Healthy Lifestyle Behavior (Chlb) With Nutritional Status Of Under Two-Years Infants In Cirebon Regency.* 155-164. <https://doi.org/10.2473/Amnt.V4i2.2020.155-164>
- Putri Afriliany, V., Mardhiati, R., Musniati, N., Kesehatan Masyarakat, P., Ilmu-Ilmu Kesehatan, F., & Muhammadiyah Hamka, U. D. (2022). Hubungan Karakteristik, Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Di Klinik Karawaci Medika Kota Tangerang Provinsi Banten Tahun 2022. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, 7(3), 297-305. <https://doi.org/10.35842/Formil.V7i3.453>
- Sabriana, R., Riyandani, R., Wahyuni, R., & Akib, A. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 201-207. <https://doi.org/10.35816/Jiskh.V11i1.738>
- Salsabilah, A. D., & Suryaalamsah, I. I. (2022). Hubungan Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dan Faktor Lainnya Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Wilayah Puskesmas Kecamatan Cipanas. *Tirtayasa Medical Journal*, 2(1), 9. <https://doi.org/10.52742/Tmj.V2i1.17617>
- Shaluhiyah, Z., & Kusumawati, A. (2020). Pengetahuan, Sikap Dan Praktik Ibu Dalam Pemberian Makanan Sehat Keluarga Di Kota Semarang. In *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal Of Nutrition)* (Vol. 8, Issue 2). <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jgi/>
- Soekmawaty Riezqy Ariendha, D., Setyawati, I., Utami, K., Zulfiana, Y., Program Sarjana, K., Program Diploma, K., & Yarsi Mataram, S. (2022). Peningkatan Pengetahuan Tentang Kebutuhan Nutrisi Pada Ibu Hamil. In *Pada Masyarakat Indonesia* (Vol. 1, Issue 6).
- Sulaiman, M. H., Flora, R., Zulkarnain, M., Yuliana, I., Tanjung, R., Sriwijaya, U., Kementerian, P. K., & Medan, K. (2022). Defisiensi Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Journal Of Telenursing (Joting)*, 4(1), 11-19. <https://doi.org/10.31539/Joting.V4i1.3254>
- Wayan Dian Ekayanthi, N., Suryani, P., Studi Kebidanan, P., Kesehatan Kemenkes Bandung, P., Studi Promosi Kesehatan, P., & Kesehatan Kemenkes Malang, P. (2019). Edukasi Gizi Pada Ibu Hamil Mencegah Stunting Pada Kelas Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 312-319. <https://doi.org/10.26630/Jk.V10i3.1389>