

## **SOSIALISASI PEMENUHAN KEBUTUHAN NUTRISI PADA IBU HAMIL UNTUK MENCEGAH STUNTING**

Waode Rustiah\*<sup>1</sup>, St. Fatimang<sup>2</sup>, Hj. Hasnah<sup>3</sup>, Sitti Normawati<sup>4</sup>, Dewi Arisanti<sup>5</sup>

<sup>1,3,5</sup>Teknologi Laboratorium Medis, Politeknik Muhammadiyah Makassar, Sulawesi Selatan

<sup>2</sup>Teknik Elektro Medis, Politeknik Muhammadiyah Makassar, Sulawesi Selatan

<sup>3</sup>Radiologi, Politeknik Muhammadiyah Makassar, Sulawesi Selatan

\*E-mail: [waoderustiah79@gmail.com](mailto:waoderustiah79@gmail.com)

### **Artikel info:**

Received: 2023-10-19

Revised: 2023-12-12

Accepted: 2023-12-13

Publish: 2023-12-26

### **Abstract**

*Ensuring proper nutrition for pregnant women is vital in preventing stunting, but this alone is insufficient. In their daily lives, pregnant women can follow the 5J nutrition model for pregnancy, which includes (1) Caloric intake, (2) Meal schedules, (3) Food types, (4) Methods of nutrient delivery, and (5) Monitoring implementation. An integrated approach is also required in stunting prevention efforts. Pregnant women who experience infections, whether symptomatic or asymptomatic, can result in growth retardation. Exposure to subclinical infection-causing agents usually disrupts growth. Through Community Service Activities (PKM), it is expected to provide education and intervention to pregnant women concerning stunting prevention from the early stages of pregnancy. The PKM implementation method involves lectures, discussions, and evaluations. The results of community service activities have been quite satisfactory for the community, especially for pregnant women who are very enthusiastic about participating in this program, particularly during the presentation of educational materials directly guided by our team of educators. The participation and attention of the local community are substantial, as evidenced by providing a venue in the village meeting hall. These activities are carried out in an atmosphere of camaraderie and a family-like environment. The community's understanding of the benefits of this program is significant, as seen through the desire of pregnant women to adopt the 5J nutrition model for pregnancy, involving the intake of pregnancy nutrition packages.*

**Keywords:** *nutrition, pregnant women, stunting*

### **Abstrak**

*Pemenuhan nutrisi ibu hamil dan pendekatan terintegrasi sangat penting dalam mencegah stunting. Dalam keseharian ibu hamil dapat menerapkan model nutrisi 5J untuk kehamilan, meliputi (1) Jumlah kalori, (2) Jadwal makan, (3) Jenis makanan, (4) Jalur pemberian nutrisi, dan (5) perawatan pelaksanaan. Wanita hamil yang mengalami infeksi, baik bergejala maupun tidak, dapat menyebabkan retardasi pertumbuhan. Paparan terhadap agen penyebab infeksi subklinis ini dapat mengganggu pertumbuhan. Melalui kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), diharapkan dapat memberikan edukasi dan intervensi pada ibu hamil bagaimana pencegahan stunting sejak awal kehamilan. Metode pelaksanaan PKM ini melibatkan ceramah, diskusi, dan evaluasi. Hasil kegiatan PKM sangat memuaskan bagi masyarakat, terutama ibu hamil yang sangat antusias mengikuti kegiatan ini, dimana pemaparan materi penyuluhan dipandu langsung oleh tim penyuluh. Kegiatan ini dilaksanakan dalam suasana penuh*

*keakraban dan kekeluargaan. Pemahaman masyarakat tentang manfaat dari kegiatan ini sangat besar, terlihat dari adanya keinginan ibu-ibu hamil untuk menerapkan model nutrisi 5J untuk kehamilan.*

**Kata Kunci:** *nutrisi, ibu hamil, stunting*

## **1. PENDAHULUAN**

Mengonsumsi makanan dengan nutrisi yang seimbang untuk menjaga kesehatan tubuh dikenal sebagai pola makan yang sehat. Seperti yang diketahui, kesehatan manusia sangat dipengaruhi oleh gaya hidup atau asupan makan mereka. Makanan yang dikonsumsi mengandung nutrisi yang bermanfaat bagi tubuh adalah penting dalam menjaga asupan makanan yang sehat. Selain itu, perlu diperhatikan apakah proses pengolahan makanan dapat mengurangi kandungan nutrisi dalam suatu pangan (Jupri et al., 2022; Mashar, Suhartono, & Budiono, 2021).

Seribu hari pertama kehidupan seseorang adalah masa emas untuk memaksimalkan pertumbuhan dan mencegah stunting. Pastikan Anda mendapatkan makanan yang cukup sejak masa pra-konsepsi juga sangat penting. Stunting adalah kondisi di mana balita memiliki tinggi badan yang lebih rendah dari dua standar deviasi median, dimana menjadi standar pertumbuhan anak yang ditetapkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Efek jangka pendek dan panjang dari stunting termasuk tingginya angka kejadian kematian dan penyakit. Stunting juga dapat memengaruhi perkembangan anak dan kapasitas belajarnya, serta meningkatkan resiko infeksi dan penyakit tidak menular. Akibatnya, penting untuk mencegah stunting sejak awal kehidupan karena efek ini akan mempengaruhi pertumbuhan anak di masa depan. (Astuti, Martini, & Gondodiputro, 2021; Ekayanthi D.W.N & Suryani P, 2019).

Pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi sejak masa kehamilan adalah salah satu tindakan yang diambil oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia untuk mencegah stunting. Dalam laporan yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan, Lembaga Kesehatan Millennium Challenge menyarankan agar ibu hamil selalu mengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi serta suplementasi yang tepat. Ini menunjukkan bahwa tindakan ini sangat efektif. Untuk mendukung pertumbuhan janin, ibu memerlukan lebih banyak nutrisi selama kehamilan. Kebutuhan energi wanita hamil meningkat sebesar 13% dan kebutuhan protein meningkat sebesar 54% dibandingkan dengan wanita yang tidak hamil (Dewey & Cohen, 2007). Kebutuhan kalori ibu hamil berkisar antara 350 dan 450 kalori setiap hari. Disarankan untuk membagi jumlah kalori ini menjadi komponen makro dan mikro. Nutrisi mikro terdiri dari vitamin dan mineral, sedangkan nutrisi makro terdiri dari karbohidrat, protein, dan lemak. Selama kehamilan, ibu hamil memerlukan asupan protein, asam folat, zat besi, dan kalsium setidaknya 1200 mg, asam folat sebanyak 600-800 mcg, zat besi sebanyak 27 mg, dan protein sebanyak 70 hingga 100 gram per hari, yang meningkat setiap trimester. Karena ibu hamil mungkin mengalami masalah fisik seperti mual atau muntah, peningkatan kebutuhan ini terkadang sulit dipenuhi (Astuti et al., 2021; Handayani, Fauzia, & Nurjanah, 2022). Untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang meningkat ini, Anda dapat mendiversifikasi makanan Anda, menggunakan makanan yang kaya nutrisi, makanan yang difortifikasi atau biofortifikasi, dan menambah mikronutrien yang tepat (Ningrum, Hidayatunnikmah, & Rihardini, 2020; Pratiwi, 2020).

Pertumbuhan janin membutuhkan sistem yang komprehensif. Komponen ini harus bekerja sama untuk mencapai hasil terbaik. Tersedianya sumber energi (kalori) sangat penting untuk kebutuhan ibu hamil. Tanpa energi, proses selanjutnya akan terhambat. Selama awal kehamilan, status gizi ibu harus diperhatikan karena ini menentukan ketersediaan nutrisi untuk janin (Ismawati, Kurniati, Suryati, & Oktavianto, 2021; Mashar et al., 2021). Prioritas lain adalah ketersediaan nutrisi esensial, yaitu asam amino esensial, asam lemak esensial, mineral, dan sebagian besar vitamin yang hanya dapat diperoleh melalui asupan makanan ibu. Nutrisi esensial adalah nutrisi yang tidak dapat dibuat oleh tubuh dan hanya dapat diperoleh melalui asupan makanan ibu. Bahan-bahan ini akan berdampak pada proses

pembentukan jaringan janin, serta pada sistem dan organnya (Mendes kiik & saleh nuwa, 2020; Muldiasman, Kusharisupeni, Laksminingsih, & Besral, 2018).

Jadi, bagaimana ibu hamil dapat mengetahui tentang kesehatan mereka dan penyakit apa pun yang mungkin mereka alami selama kehamilan? Sudah ada program ANC Terpadu di Indonesia yang mencakup pemeriksaan oleh bidan, dokter, dokter gigi, pemeriksaan laboratorium, dan konsultasi gizi. Program-program ini menilai status gizi pasien dan memberikan intervensi oleh profesional kesehatan yang berpengalaman. Program ini juga dapat menggunakan pemeriksaan laboratorium untuk mengevaluasi kemungkinan infeksi ibu hamil. Salah satu cara untuk mengetahui apakah ibu hamil mengalami anemia adalah dengan melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin selama ANC Terpadu (Divanruin, Nurhadi, & Pramanda, 2023; Ekayanthi D.W.N & Suryani P, 2019)

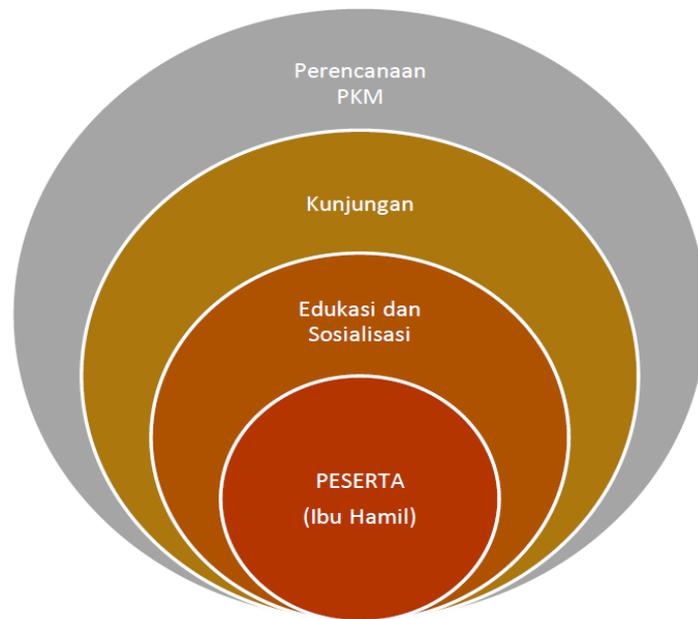
Diperkirakan bahwa intervensi pencegahan stunting yang dimulai sejak awal masa kehamilan dapat mengurangi angka stunting di Indonesia. Pemahaman ibu tentang nutrisi yang baik selama kehamilan dapat membantu mengurangi risiko komplikasi pertumbuhan janin. Untuk mengurangi risiko infeksi, ibu juga harus menjalani gaya hidup bersih dan sehat serta menjaga tempat bersih. Infeksi selama kehamilan dapat menyebabkan persalinan prematur dan berkontribusi pada risiko stunting. Mencegah stunting memerlukan asupan nutrisi yang memadai selama kehamilan dan pemeriksaan reguler oleh tenaga kesehatan untuk mendeteksi infeksi yang mungkin terjadi (Akombi et al., 2017; Jupri et al., 2022).

Berdasarkan hasil pengamatan pendahuluan dengan melakukan peninjauan lokasi secara langsung serta melakukan diskusi dan pendekatan kepada pihak kelurahan hingga didapatkan masukan agar memberikan pencerahan dan edukasi terhadap warga khususnya ibu hamil. Maka dari itu, Politeknik Kesehatan Muhammadiyah Makassar, sebagai salah satu institusi pendidikan, terus melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat untuk mempromosikan kesehatan dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui penyuluhan kesehatan. Melalui Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Politeknik Kesehatan Muhammadiyah Makassar, kegiatan penyuluhan kesehatan dilaksanakan di Kabupaten Bulukumba dengan judul "PEMENUHAN KEBUTUHAN NUTRISI PADA IBU HAMIL UNTUK MENCEGAH STUNTING" di Kelurahan Tritiro, Kecamatan Bontotiro, Kabupaten Bulukumba.

## **2. METODE**

Kegiatan pengabdian berlangsung selama sehari yaitu pada tanggal 17 Maret 2023, yang dilaksanakan di Kelurahan Tritiro, Kecamatan Bontotiro, Kabupaten Bulukumba, khususnya bagi ibu hamil, kelompok keluarga, tokoh masyarakat, dan aparat pemerintah setempat. Kegiatan ini bertujuan memberikan edukasi mengenai pemenuhan nutrisi ibu hamil untuk mencegah stunting melalui tiga tahapan pelaksanaan, yaitu merencanakan kegiatan PKM, melaksanakan kunjungan, dan penyampaian materi penyuluhan.

Kegiatan kunjungan PKM dilakukan untuk memberikan edukasi dan pemahaman kepada warga yang hadir mengenai makanan yang bernutrisi baik dan stunting secara tatap muka. Selanjutnya, dilakukan sesi diskusi atau tanya jawab dengan memberikan kesempatan kepada warga yang ingin bertanya. Setelah itu, dilakukan evaluasi dengan tujuan untuk mendapatkan umpan balik dan menilai sejauh mana pengetahuan warga tentang pemenuhan nutrisi sehat pada ibu hamil dalam mencegah stunting.



Gambar 1. Tahapan pelaksanaan kegiatan PKM

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat adalah tindakan yang membantu masyarakat dalam berbagai hal tanpa mengharapkan imbalan. Secara umum, perguruan tinggi di Indonesia membuat program ini untuk memberikan kontribusi nyata kepada negara, terutama dalam mengembangkan kesejahteraan dan kemajuan negara. Salah satu bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi adalah melakukan kegiatan pengabdian masyarakat.

Perguruan Tinggi wajib menyelenggarakan Penelitian dan Pengabdian Masyarakat, selain melaksanakan pendidikan sesuai dengan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 20. Dalam pasal tersebut ditegaskan bahwa pengabdian masyarakat adalah kegiatan sivitas akademika dalam mengamalkan ilmu pengetahuan dan teknologi untuk memajukan kesejahteraan umum dan mencerdaskan kehidupan bangsa (Rustiah, Napza et al., 2023; Rahmawati, Hasnah, & Effendy Rasiyanto, 2021).

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) yang dilaksanakan pada tanggal 17 Maret 2023, merupakan usaha dalam menyebarluaskan ilmu pengetahuan dan teknologi yang berkembang kepada masyarakat. Pada tahap penyuluhan, materi penyuluhan disampaikan kepada para peserta penyuluhan menggunakan metode ceramah. Tim PKM memberikan edukasi, di mana dalam materi tersebut disampaikan tentang bahaya yang ditimbulkan apabila kekurangan gizi bagi ibu hamil sehingga bisa mengakibatkan stunting.



Gambar 2. Kegiatan Edukasi dan Sosialisasi Gizi dan Stunting

Saat ini, pemerintah berfokus pada masalah stunting. Anak dengan pertumbuhan di bawah standar yang kekurangan gizi disebut stunting. Stunting, atau balita "pendek", adalah hasil dari masalah kekurangan nutrisi yang menghambat pertumbuhan tinggi badan. Mereka yang menderita stunting akan mengalami konsekuensi yang lebih buruk ketika mereka dewasa. Sebuah laporan tahun 2011 dari United Nations Children's Fund (UNICEF) menunjukkan bahwa satu dari empat anak balita menderita stunting. Menurut Unicef (2019), sebanyak 150,8 juta balita di seluruh dunia mengalami stunting, yang merupakan 22,2 persen dari total balita. Dari jumlah ini, 55 persen berasal dari Asia dan 39 persen berasal dari Afrika. Menurut World Health Organization (WHO), Indonesia memiliki tingkat stunting tertinggi ketiga di Asia Tenggara, dengan rata-rata 36,4% dari tahun 2005 hingga 2017.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013 menunjukkan prevalensi balita stunting secara nasional tahun 2013 sebesar 37,2%, yang terdiri dari 18,0% sangat pendek dan 19,2% pendek (Kemenkes, 2013). Prevalensi Balita Stunting di Indonesia sebesar 24,4% pada tahun 2021 (SSGI Kemenkes, 2021). Provinsi Nusa Tenggara Barat adalah salah satu dari 12 provinsi prioritas dengan tingkat stunting tertinggi di seluruh Indonesia, dan diperkirakan hampir seperempat balita di Indonesia akan mengalami stunting pada tahun 2021. Namun, angka ini lebih rendah dari 26,9% pada tahun 2020. Stunting mencapai 30% di Nusa Tenggara Barat (SSGI Indonesia, 2021).

Wanita hamil memerlukan gizi yang cukup untuk menjaga kesehatannya dan janinnya. Tidak semua ibu hamil sadar akan makanan yang mereka konsumsi. KEK, anemia, dan GAKY adalah masalah gizi yang sering terjadi pada ibu hamil, yang dapat memengaruhi kualitas generasi yang akan datang karena memperlambat pertumbuhan fisik dan perkembangan mental anak, serta penurunan kecerdasan (Gayatri, 2021; Jupri et al., 2022).

Stunting dapat dicegah dan diobati sejak awal kehamilan. Pemenuhan kebutuhan zat gizi ibu hamil, seperti mengonsumsi suplemen zat gizi secara teratur, termasuk menjaga aturan makan empat sehat lima sempurna, dapat mencegah hal ini terjadi. Jadi, menata gizi dan kesehatan ibu hamil adalah cara yang baik untuk mengatasi stunting pada balita (Muldiasman et al., 2018; Rana & Goli, 2017).

Masalah pertumbuhan fisik, kerentanan terhadap penyakit, dan gangguan perkembangan kognitif dapat meningkat sebagai akibat dari stunting (Achadi et al., 2020). Dalam jangka panjang, stunting dapat berdampak pada postur tubuh yang tidak sehat saat dewasa, peningkatan risiko penyakit degeneratif, penurunan kesehatan reproduksi, penurunan kemampuan untuk belajar dan berprestasi di sekolah, dan penurunan produktivitas dan kemampuan kerja. Keluarga adalah kelompok terkecil di masyarakat yang memiliki kemampuan langsung untuk menangani anak stunting. Keluarga memiliki kemampuan untuk mengajarkan dan mengawasi cara mencegah dan menangani stunting, salah satunya melalui penerapan pola hidup sehat (Navodani, Fonseka, & Goonewardena, 2017; Yaya, Uthman, Ekholuenetale, Bishwajit, & Adjiwanou, 2020).

Untuk mencegah stunting sejak dini, pola hidup yang bersih dan sehat sangat disarankan (Jupri, Khofifah, et al., 2022). Menjaga pola makan yang sehat, makan makanan yang bergizi dan mengandung jumlah protein yang cukup, dan menjaga pola makan yang sehat dapat membantu ibu dan janin lebih baik selama kehamilan. Di samping itu, hal-hal kecil seperti mencuci tangan dengan sabun dan air bersih juga harus dilakukan setiap hari (Aulia & Suparman, 2023; Divanruin et al., 2023).

Untuk menjaga pola makan yang teratur selama kehamilan, ibu hamil harus mengonsumsi makanan dan minuman yang mengandung jumlah nutrisi yang cukup seperti karbohidrat, protein, dan lemak dalam jumlah yang proporsional. Asupan protein yang cukup selama kehamilan sangat penting untuk menjaga proses pertumbuhan janin dan melahirkan bayi yang sehat dan normal. Kekurangan asupan protein dapat menyebabkan bayi lahir dengan berat badan rendah (Dewey & Cohen, 2007; Ekayanthi D.W.N & Suryani P, 2019). Bayi lahir dengan berat badan rendah memiliki jumlah lemak yang lebih sedikit daripada bayi lahir normal, yang disebabkan oleh masalah dalam transportasi lemak ke plasenta (Ismawati et al., 2021; Mashar et al., 2021).

Stunting pada anak-anak dapat berdampak negatif hingga dewasa (WHO, 2018). Perkembangan kognitif, motorik, dan sosioemosional anak balita dipengaruhi oleh stunting, yang dapat berdampak negatif pada performa pendidikan anak dan produktivitas ekonomi pada masa dewasa (Akombi et al., 2017; Yaya et al., 2020). Intervensi gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu periode sejak di dalam kandungan (kurang lebih 9 bulan) hingga anak berusia 2 tahun, dapat membantu mencegah stunting.

Stunting masih cukup umum, meskipun banyak upaya telah dilakukan untuk mencegahnya. Tingkat stunting di Indonesia masih tinggi, menurut data Riskesdas, meskipun telah mengalami penurunan. Ini turun dari 37,2 persen pada tahun 2013 menjadi 30,8 persen pada tahun 2018 (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan, 2013, 2018). Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) yang dilakukan pada tahun 2019 menunjukkan bahwa 27,7% anak balita di Indonesia stunting. Menurut Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2020 Tentang Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional Tahun 2020–2024, RPJMN 2020–2024 menetapkan penurunan prevalensi stunting balita menjadi 14% pada tahun 2024.

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat (PKM) memberikan banyak manfaat bagi warga yang hadir, terutama ibu hamil. Dari kegiatan ini, dapat disimpulkan bahwa :

1. Pengetahuan masyarakat tentang pola makan sehat dalam pemenuhan kebutuhan gizi pada ibu hamil untuk mencegah stunting meningkat.
2. Ibu-ibu hamil telah siap menerapkan model nutrisi 5J untuk kehamilan, yaitu dengan mengonsumsi asupan nutrisi khusus untuk ibu hamil.
3. Edukasi dan intervensi mengenai pencegahan stunting sejak awal kehamilan telah membuat warga di Kelurahan Tritiro, khususnya ibu hamil, lebih peduli terhadap kesehatan mereka dalam upaya mencegah stunting

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktur dan Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Politeknik Kesehatan Muhammadiyah Makassar serta ketua Program Studi D3 Teknologi Laboratorium Medik yang telah membantu berupa dukungan moril hingga terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dengan baik. Terkhusus kepada perangkat desa di kel. Tritiro, kec. Bontotiro, kab. Bulukumba, serta warga yang berkesempatan hadir, terutama bagi ibu hamil dan para suami atas kerjasamanya dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Akombi, B. J., Agho, K. E., Hall, J. J., Wali, N., Renzaho, A. M. N., & Merom, D. (2017). Stunting, wasting and underweight in Sub-Saharan Africa: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(8). <https://doi.org/10.3390/ijerph14080863>
- Astuti, R., Martini, N., & Gondodiputro, S. (2021). Risiko Faktor Ibu Terhadap Kejadian Stunting. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(4), 842–850. <https://doi.org/10.33024/jkm.v7i4.4413>
- Aulia, S., & Suparman, A. (2023). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Anak Usia Dini Di Sps Teratai Kelurahan Soklat Kecamatan Subang Kabupaten Subang. *Abdimas Galuh*, 5(1), 259. <https://doi.org/10.25157/ag.v5i1.9357>
- Dewey, K. G., & Cohen, R. J. (2007). Does birth spacing affect maternal or child nutritional status? A systematic literature review. *Maternal and Child Nutrition*, 3(3), 151–173. <https://doi.org/10.1111/j.1740-8709.2007.00092.x>
- Divanruin, A., Nurhadi, N., & Pramanda, A. (2023). Upaya Pencegahan Stunting Guna Mewujudkan Generasi Emas Indonesia Yang Berkualitas. *SEMANGGI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(01), 33–38. <https://doi.org/10.38156/sjpm.v2i01.174>
- Ekayanthi D.W.N., & Suryani P. (2019). Edukasi Gizi pada Ibu Hamil Mencegah Stunting pada Kelas Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 312–319.
- Gayatri, M. (2021). *Pencegahan Stunting dengan Pendekatan Keluarga: Sebuah Tinjauan Literatur*. (December 2021), 35–46.
- Handayani, D., Fauzia, E., & Nurjanah, A. (2022). Penanganan Gizi Buruk kepada Ibu Hamil. *Jurnal Forum Kesehatan: Media Publikasi Kesehatan Ilmiah*, 11(2), 75–85.

- <https://doi.org/10.52263/jfk.v1i1i2.232>
- Ismawati, V., Kurniati, F. D., Suryati, S., & Oktavianto, E. (2021). Kejadian Stunting Pada Balita Dipengaruhi Oleh Riwayat Kurang Energi Kronik Pada Ibu Hamil. *Syifa' MEDIKA: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 11(2), 126. <https://doi.org/10.32502/sm.v1i1i2.2806>
- Jupri, A., Julianti, A., Puspitasari, E., Husain, P., Prasedya, E. S., & Rozi, T. (2022). Edukasi Gizi Pada Ibu Hamil Sebagai Salah Satu Upaya Mengurangi Peningkatan Angka Stunting. *Jurnal Abdi Insani*, 9(3), 1209–1216. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v9i3.735>
- Mashar, S. A., Suhartono, S., & Budiono, B. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak: Studi Literatur. *Jurnal Serambi Engineering*, 6(3), 2076–2084. <https://doi.org/10.32672/jse.v6i3.3119>
- Mendes kiik, S., & saleh nuwa, M. (2020). Stunting Dengan Pendekatan Framework Who. *Stunting Dengan Pendekatan Framework Who*, (Mi), 5–24.
- Muldiasman, M., Kusharisupeni, K., Laksminingsih, E., & Besral, B. (2018). Can early initiation to breastfeeding prevent stunting in 6–59 months old children? *Journal of Health Research*, 32(5), 334–341. <https://doi.org/10.1108/JHR-08-2018-038>
- Napza, P., Kalangan, D. I., & Sma, P. (2023). *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat PENTINGNYA PEMILIHAN Peer Group DALAM PENCEGAHAN Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*. 4(1), 13–19.
- Navodani, K. T., Fonseka, P., & Goonewardena, C. S. (2017). Postpartum Family Planning: Missed Opportunities across the Continuum of Care. *Ceylon Medical Journal*, 62(2), 87. <https://doi.org/10.4038/cmj.v62i2.8472>
- Ningrum, N. P., Hidayatunnikmah, N., & Rihardini, T. (2020). Cegah Stunting Sejak Dini dengan Makanan Bergizi untuk Ibu Hamil. *E-Dimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 11(4), 550–555. <https://doi.org/10.26877/e-dimas.v1i1i4.5616>
- Pratiwi, I. G. (2020). Edukasi Tentang Gizi Seimbang Untuk Ibu Hamil Dalam Pencegahan Dini Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 1(2), 62. <https://doi.org/10.32807/jpms.v1i2.476>
- Rahmawati, Hasnah, & Effendy Rasiyanto. (2021). *Lontara Abdimas*. 2(2), 1–8. Retrieved from <http://jurnal.poltekkesmu.online/abdimas>
- Rana, M. J., & Goli, S. (2017). Family Planning and Its Association with Nutritional Status of Women: Investigation in Select South Asian Countries. *Indian Journal of Human Development*, 11(1), 56–75. <https://doi.org/10.1177/0973703017712392>
- Yaya, S., Uthman, O. A., Ekholuenetale, M., Bishwajit, G., & Adjiwanou, V. (2020). Effects of birth spacing on adverse childhood health outcomes: evidence from 34 countries in sub-Saharan Africa. *Journal of Maternal-Fetal and Neonatal Medicine*, 33(20), 3501–3508. <https://doi.org/10.1080/14767058.2019.1576623>