

**GAMBARAN PENYEBAB GIZI KURANG PADA IBU HAMIL  
BERDASARKAN UMUR PENDIDIKAN DAN PEKERJAAN  
DI RUMAH SAKIT SINAR KASIH TORAJA****OVERVIEW OF CAUSES OF UNDERNUTRITION IN PREGNANT  
WOMEN BASED ON AGE, EDUCATION AND EMPLOYMENT  
AT SINAR KASIH HOSPITAL TORAJA****Yanti Sanda Tulak<sup>1</sup>**AKKES Sinar Kasih  
Toraja, Indonesia<sup>1</sup>  
email:[yantisandatulak@gmail.com](mailto:yantisandatulak@gmail.com)IJI Publication  
p-ISSN: 2774-1907  
e-ISSN: 2774-1915  
Vol.3, No.3, pp. 203-209  
Juli 2023Unit Publikasi Ilmiah  
Intelektual Madani  
Indonesia

**Abstrak:** Ibu hamil adalah wanita yang mengandung dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Kehamilan merupakan suatu proses fisiologik yang hampir selalu terjadi pada setiap wanita. Kehamilan terjadi setelah bertemunya sperma dan ovum, tumbuh dan berkembang di dalam uterus selama 37 minggu atau sampai 42 minggu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran penyebab Gizi Kurang Pada Ibu Hamil berdasarkan umur, pendidikan dan pekerjaan di Rumah Sakit Sinar Kasih Toraja. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan sampel adalah penderita yang datang ke RS Sinar Kasih Toraja dalam buku rekam medis RS Sinar Kasih Toraja Kabupaten Tana Toraja tahun 2022. Dalam penelitian ini informasi yang digunakan melalui data sekunder dan diolah secara manual menggunakan kalkulator dan di isi dalam bentuk tabel distribusi frekuensi berdasarkan data yang diperoleh di RS Sinar Kasih Toraja pada tahun 2022. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kejadian gizi kurang berdasarkan umur pada tahun 2022 paling tinggi adalah umur 15-24 yaitu 17 kasus (70,8%), kejadian gizi kurang berdasarkan pendidikan Tahun 2022 paling tinggi yaitu pendidikan tamat SMP yaitu 11 kasus (45,8%), kejadian gizi kurang berdasarkan pekerjaan Tahun 2022 yaitu IRT 24 kasus (100%).

**Kata Kunci:** Ibu hamil, Gizi Kurang, Pendidikan dan Pekerjaan.

**Abstract:** Pregnant women are women who carry a pregnancy from conception to birth of the fetus. Pregnancy is a physiological process that almost always occurs in every woman. Pregnancy occurs after the sperm and ovum meet, grow and develop in the uterus for 37 weeks or up to 42 weeks. This study aims to determine the causes of malnutrition in pregnant women based on age, education and employment at Sinar Kasih Hospital, Toraja. This type of research is descriptive research with the sample being sufferers who came to Sinar Kasih Toraja Hospital in the medical record book of Sinar Kasih Toraja Hospital, Tana Toraja Regency in 2022. In this research, the information used is through secondary data and processed manually using a calculator and filled in in frequency distribution table form based on data obtained at Sinar Kasih Toraja Hospital in 2022. The results of the study show that the incidence of malnutrition based on age in 2022 is highest for those aged 15-24, namely 17 cases (70.8%), the incidence of malnutrition based on age education in 2022 is the highest, namely junior high school education, namely 11 cases (45.8%), the incidence of malnutrition based on employment in 2022, namely domestic workers, is 24 cases (100%).

**Keywords:** Pregnant Women, Malnutrition, Education and Employment.

**PENDAHULUAN**

WHO (*World Organization Health*) mengatakan kehamilan ibu harus menyediakan nutrisi yang penting bagi pertumbuhan janin dan dirinya. Kebutuhan nutrisi ibu hamil banyak mendapat perhatian dari berbagai komite di seluruh negara. WHO melaporkan bahwa setengah ibu hamil mengalami anemia, secara global 55% dimana secara bermakna trimester III lebih tinggi mengalami anemia dibandingkan dengan trimester I dan II. Masalah ini disebabkan kurangnya defisiensi zat besi dengan defisiensi zat gizi lainnya.

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia tahun 2018 kematian ibu dengan kejadian KEK 200 (3,5%) dari 148.548 kehamilan, di tahun 2019 menunjukkan peningkatan 210 (5,8%) dari 156.622 kehamilan. Tahun 2021 mengalami peningkatan 305 (2,62%) dari 984.432 kehamilan (Kemenkes RI,2019). Jumlah ibu dengan kejadian KEK yang dilaporkan oleh Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota di Sulawesi Selatan pada tahun 2021 yaitu 138 orang (93,20%). Di RS Sinar Kasih Toraja ibu yang mengalami gizi kurang ada 24 orang, ditandai dengan Lila 22,5 cm pada Tahun 2022.

Sebagian besar masalah kurang gizi disebabkan oleh faktor ekonomi dan pendidikan keluarga, namun tidak dipungkiri bahwa faktor sosial budaya mempengaruhi masalah gizi. Rendahnya pengetahuan ibu hamil mengenai manfaat zat-zat gizi pada makanan akan sangat berpengaruh dengan cara pengolahan dan penyusunan menu makanan sehingga gizi yang diharapkan tidak didapatkan. Ibu hamil harus menerapkan menu gizi seimbang.

Ibu hamil adalah wanita yang mengandung dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Kehamilan merupakan suatu proses fisiologik yang hampir selalu terjadi pada setiap wanita. Kehamilan terjadi setelah bertemunya sperma dan ovum, tumbuh dan berkembang di dalam uterus selama 37 minggu atau sampai 42 minggu (Nugroho, 2014). Sedangkan Gravida adalah wanita yang sedang hamil. Keadaan kesehatan ibu hamil sangat mempengaruhi kehidupan janin. Untuk melahirkan bayi yang sehat ibu hamil harus mempunyai kesehatan yang optimal. Gravida terbagi atas dua bagian yaitu: (1) Primigravida adalah wanita yang hamil untuk pertama kalinya. ciri-cirinya adalah payudara tegang, puting susu runcing, perut tegang menonjol, striae livide, perineum utuh, vulva menonjol, hymen perforates, vagina sempit, dengan rugae, portio runcing dan tertutup; (2) Multigravida adalah wanita yang pernah hamil dan melahirkan bayi cukup bulan. ciri-cirinya adalah payudara lembek, striae livide dan ablikan, perineum terdapat bekas robekan, vulva terbuka, karunklue mirtiformis,

Vagina longgar tanpa rugae, portio tumpul dan terbagi dalam bibir depan-belakang (Prawirohardjo, 2019). Pada kehamilan terdapat perubahan pada seluruh tubuh wanita, khususnya pada alat genitalia eksterna dan internal dan juga payudara. Dalam hal ini hormon somatomammotropin, estrogen dan progesterone mempunyai peran penting. Perubahan yang terdapat pada wanita hamil adalah sebagai berikut: (1) Uterus:

Uterus akan membesar pada bulan-bulan pertama dibawah pengaruh estrogen dan progesterone yang kadarnya meningkat; (2) Serviks Uteri: Serviks uteri pada kehamilan juga mengalami perubahan karena hormone estrogen; (3) Vulva dan Vagina: Vulva dan vagina akibat estrogen mengalami perubahan pula. Adanya hopervaskularisasi mengakibatkan vagina dan vulva tampak lebih merah, ahak kebiru-biruan (livide). Tanda ini disebut chadwick. Warna portio pun tampak livide; (4) Ovarium: Pada permulaan kehamilan masih terdapat korpus luteum graviditatis sampai terbentuknya plasenta kira-kira pada kehamilan 16 minggu; (5) Payudara: Payudara akan membesar dan tegang akibat hormon somatomammotropin, estrogen dan progesterone. akan tetapi belum mengeluarkan air susu; (6) Sirkulasi Darah: Sirkulasi darah ibu dalam kehamilan dipengaruhi oleh adanya sirkulasi ke plasenta, uterus yang membesar dengan pembuluh-pembuluh darah yang besar pula, payudara dan alat-alat lain yang memang berfungsi berlebihan dalam kehamilan; (7) Sistem Respirasi: Seorang wanita hamil pada kelanjutan kehamilannya tidak jarang mengeluh tentang rasa sesak dan pendek napas. Hal ini ditemukan pada kehamilan 32 minggu keatas oleh karena usus-usus tertekan oleh uterus yang membesar ke arah diafragma, sehingga diafragma kurang leluasa bergerak; (8) Traktus Digestivus: Pada bulan-bulan pertama kehamilan terdapat perasaan enek (nausea). Mungkin ini akibat kadar hormone estrogen yang meningkat; (9) Traktus Urinarius: Pada bulan-bulan pertama kehamilan kandung kencing tertekan oleh uterus yang mulai membesar, sehingga timbul sering kencing. Keadaan ini hilang dengan makin tuanya kehamilan bila uterus gravidus keuar dari rongga panggul; (10) Kulit: Pada kulit terdapat deposit pigmen dan hiperpigmentasi alat-alat tertentu. Pigmentasi ini disebabkan oleh pengaruh melanopore stimulating hormone (MSH) yang meningkat.

MSH ini adalah salah satu hormone yang dikeluarkan oleh lobus anterior hipofisis. Kadang-kadang terdapat deposit pigmen pada dahi, pipi dan hidung dikenal sebagai cloasma gravidarum; (11) Metabolisme Dalam Kehamilan: Pada wanita hamil basal metabolic rate (BMR) meningkat, sistem endokrin juga meningkat dan tampak lebih jelas kelenjar gondoknya (glandula tiroidea) (Enny fitiahadi, 2017).

Gizi adalah elemen yang terdapat dalam makanan dan dapat dimanfaatkan secara langsung oleh tubuh seperti halnya karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan air. Berikut ini adalah pengertian gizi menurut para ahli: (1) gizi adalah proses dari tumbuh kembang seorang manusia, Turti mengatakan bahwa gizi adalah proses yang merubah beragam makanan yang dapat masuk ke tubuh (Dr. I.K.G. Suandi); (2) Gizi diartikan sebagai salah satu komponen yang membangun untuk tubuh seorang manusia. Menurut mereka, gizi adalah zat yang memiliki berbagai fungsi untuk kelangsungan hidup manusia. Diantaranya berfungsi untuk meningkatkan proses pertumbuhan, menjaga dan memulihkan jaringan tubuh (Ida Purnomowati, Diana H, Cahyo); (3) Gizi adalah ilmu yang mempelajari proses yang terjadi pada organisme hidup. Proses tersebut meliputi pengolahan zat-zat gizi yang diperoleh melalui makanan untuk pertumbuhan, menghasilkan energi, dan memelihara jaringan (*World Organizaton Health*); (4) Status diet dan nutrisi untuk ibu hamil mempunyai dampak langsung pada perjalanan kehamilan dan bayi yang akan dilahirkannya, mal nutrisi yang terjadi pada ibu hamil pada awal kehamilan mempengaruhi perkembangan dan pertumbuhan kapasitas embrio untuk bertahan hidup. nutrisi yang buruk pada masa kehamilan lanjut mempengaruhi pertumbuhan an perkembangan janin (Kemenkes, RI.2014).

Bahan pangan yang digunakan untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil harus

meliputi enam kelompok yaitu makanan yang mengandung protein, baik hewani maupun nabati, susu dan olahannya, sumber karbohidrat baik itu roti maupun biji-bijian, buah-buahan, sayuran yang tinggi kandungan vitamin, sayuran berwarna hijau tua, serta buah dan sayur lain. Berikut ini adalah zat gizi yang cukup penting untuk ibu hamil: (1) Energi: Umumnya seorang ibu hamil akan bertambah berat badannya sampai 12,5 kg tergantung dari berat badan sebelum hamil. Rata-rata ibu hamil memerlukan tambahan 300 kkal/hari atau sekitar 15% lebih dari keadaan normal (tidak hamil) atau membutuhkan 2.800-3.000 kkal makanan sehari. Menurut angka kecukupan gizi tahun 2019, penambahan kebutuhan energi perhari bagi ibu hamil pada trimester I adalah 180 kkal, trimester II dan III masing-masing 300 kkal; (2) Protein: Ibu hamil memerlukan konsumsi protein lebih banyak dari biasanya. Berdasarkan angka kecukupan gizi tahun 2019 selama hamil ibu memerlukan tambahan protein sebesar 17 gr perhari. Pemenuhan protein bersumber hewani lebih besar dari pada kebutuhan protein nabati. Sehingga ikan, telur, daging, susu perlu lebih banyak dikonsumsi dibandingkan tahu, tempe dan kacang. Hal ini disebabkan karena struktur protein hewani lebih mudah dicerna dari pada protein nabati; (3) Vitamin A: Vitamin A dibutuhkan oleh ibu hamil namun tidak boleh berlebihan karena dapat menimbulkan cacat bawaan. Isotretinoin (asam 13-cis-retinoat) yaitu analog vitamin A telah dibuktikan menyebabkan kelainan yang khas yaitu embriopati Isotretinoin/embriopati vitamin A dengan ciri-ciri celah langit-langit, hidrosefali, cacat tuba neuralis dan cacat jantung; (4) Vitamin B12: Vitamin B12 bersama dengan asam folat berperan dalam sintesis DNA dan memudahkan pertumbuhan sel. Vitamin ini juga penting untuk keberfungsian sel sumsum tulang, sistem persarafan dan saluran cerna. Kebutuhan vitamin B12 sebesar 3 µg perhari. Bahan makanan sumber vitamin B12



adalah hati, telur, ikan, kerang, daging, unggas, susu dan keju; (5) Asam Folat: Kebutuhan asam folat selama hamil menjadi dua kali lipat, asam folat dibutuhkan untuk perkembangan sel-sel muda, pematangan sel darah merah, sintesis DNA dan metabolisme energi. Kekurangan asam folat dapat berakibat lelah berat, kaki kejang, gangguan tidur. Jika berlanjut akan menyebabkan anemia megaloblastic; (6) Vitamin D: Kekurangan vitamin D pada ibu hamil akan mengakibatkan gangguan metabolisme kalsium pada ibu dan janin. Gangguan dapat berupa hipokalsemi, tetani pada bayi baru lahir dan osteomalasia pada ibu. Sumber vitamin D yang utama adalah sinar matahari; (7) Zat Besi: Zat besi bertanggung jawab dalam pembentukan sel darah merah dan hemoglobin yang sangat dibutuhkan untuk memasok oksigen serta nutrisi ke tubuh ibu hamil dan janin. Dengan mencukupi kebutuhan zat besi per hari, ibu hamil bisa terhindar dari anemia. zat besi bisa didapatkan dari makanan, seperti daging merah, jeroan, kerang, dan kacang-kacangan. Zat besi tidak akan dipenuhi kebutuhannya hanya diet saja, karena itu pemberian suplemen zat besi sangat diperlukan. Pemberian dilakukan selama trimester II dan III dan dianjurkan untuk menelan 30-60 mg tiap hari mulai minggu ke 12 kehamilan sampai 3 bulan; (8) Yodium: Yodium dapat diperoleh dari air minum dan sumber makanan laut. Kekurangan yodium pada ibu hamil mengakibatkan janin mengalami hipotiroid yang selanjutnya berkembang menjadi kretinisme. Kerusakan saraf akibat dari hipotiroid dapat menyebabkan retardasi mental. Koreksi yodium hendaknya sebelum atau selama 3 bulan pertama kehamilan. Asupan yang dianjurkan adalah 200 µg. Kebutuhan yodium dapat dipenuhi dengan mengonsumsi garam beryodium serta konsumsi bahan makanan yang bersumber dari laut; (10) Kalsium: Berdasarkan angka kecukupan gizi tahun 2019, konsumsi kalsium yang dianjurkan bagi

ibu hamil adalah sebanyak 950 mg perhari. Sumber utama kalsium adalah susu dan hasil olahannya, udang dan sarden. Selain untuk tulang, kalsium juga dibutuhkan untuk mencegah preeklamsia atau tekanan darah tinggi pada ibu hamil yang dapat menyebabkan kejang pada ibu, prematuritas bahkan kematian; (11) Serat: Kebutuhan serat bagi ibu hamil juga harus diperhatikan karena selain memberikan rasa kenyang lebih lama, serta juga dibutuhkan untuk memperlancar sistem pencernaan sehingga dapat mencegah sembelit. Serat dapat diperoleh dari sayuran, buah-buahan, sereal atau padi-padian, kacang-kacangan, handum, beras dan olahannya (Sulistyoningsih, 2017).

## **METODE**

Desain penelitian merupakan model atau metode yang digunakan peneliti untuk melakukan suatu penelitian yang memberikan arah terhadap jalannya penelitian. Desain penelitian ditetapkan berdasarkan tujuan dan hipotesis penelitian (Arif, 2015). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif yaitu: suatu penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat dan mengetahui bagaimana gambaran pendidikan, umur dan pekerjaan pasien gizi kurang pada ibu hamil di RS Sinar Kasih Toraja Tahun 2022.

## **HASIL DAN DISKUSI**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Sinar Kasih Toraja Kabupaten Tana Toraja tahun 2022 dengan jumlah populasi sebanyak 24 orang dan jumlah sampel berdasarkan umur sebanyak 24 orang dan jumlah sampel berdasarkan pendidikan sebanyak 24 orang dan sampel berdasarkan pekerjaan sebanyak 24 orang.

Pengumpulan data penelitian ini menggunakan data sekunder dari Rekam Medik. Peneliti melihat data mulai dari 2022 yang menggambarkan kejadian gizi kurang pada ibu hamil di Rumah Sakit Sinar Kasih

Toraja Kabupaten Tana Toraja. Setelah data tersebut dikumpul kemudian dilakukan pengolahan data sesuai tujuan penelitian yang selanjutnya dimasukkan kedalam tabel disertai dengan penjelasan.

Distribusi kejadian gizi kurang pada ibu hamil di Rumah Sakit Sinar Kasih Toraja Kabupaten Tana Toraja tahun 2022 Kejadian gizi kurang pada ibu hamil tahun 2022 yaitu sebanyak 24 orang, tertinggi pada bulan juli 6 kasus (25%) terendah bulan januari, april dan oktober masing masing 0 kasus (0%).

**Tabel 1**  
**Distribusi Kejadian Gizi Kurang Pada Ibu Hamil Berdasarkan Umur**

Umur	F	%
15-24	17	70,9
25-44	7	29,1
45-65	0	0
Jumlah	24	100

Sumber: Data Sekunder Rekam RS Sinar Kasih Toraja 2022

Berdasarkan data yang terdapat dalam tabel 1 diatas menunjukkan bahwa pada tahun 2022 distribusi kejadian gizi kurang pada ibu hamil paling tinggi pada rentang umur 15-24 tahun yaitu sebanyak 17 kasus (70,8%) sedangkan paling rendah pada rentag umur 45-65 tahun yaitu 0 kasus (0%).

**Tabel 2**  
**Distribusi Kejadian Gizi Kurang Pada Ibu Hamil Berdasarkan Pendidikan**

Umur	F	%
Tamat SMP	11	45,9
Tamat SMU	13	54,1
Perguruan Tinggi	0	0
Jumlah	24	100

Sumber: Data Sekunder Rekam RS Sinar Kasih Toraja 2022

Berdasarkan data yang terdapat dalam tabel 2 diatas menunjukkan bahwa pada tahun 2022 distribusi kejadian gizi kurang paling tinggi pada pendidikan tamat SMU yaitu 13 kasus (54,1%), sedangkan paling rendah pada pada pendidikan tamat SD dan Perguruan Tinggi sebanyak 0 kasus (0%).

**Tabel 3**  
**Distribusi Kejadian Gizi Kurang Pada Ibu Hamil Berdasarkan Pekerjaan**

Umur	F	%
Wiraswasta	0	0
Swasta	0	0
PNS	0	0
IRT	24	100
Jumlah	24	100

Sumber: Data Sekunder Rekam RS Sinar Kasih Toraja 2022

Berdasarkan data yang terdapat dalam tabel 3 diatas menunjukkan bahwa pada tahun 2022 distribusi kejadian gizi kurang paling tinggi pada pekerjaan IRT yaitu 24 kasus (100%), sedangkan paling rendah pada pada pekerjaan wiraswasta, swasta dan PNS masing-masing sebanyak 0 kasus (0%).

Dari hasil penelitian yang dilaksanakan di RS Sinar Kasih Toraja Kabupaten Tana Toraja Pada tahun 2022 dimana ibu dengan umur 15-24 sebanyak 17 orang 70,8%, ibu dengan umur 25-44 sebanyak 7 orang 29,21%, ibu dengan umur 45-65 sebanyak 0 orang. Dari 24 sampel pengamatan yang berpengetahuan baik dengan umur 25-44 tahun ada 7 orang dibandingkan dengan ibu yang berpengetahuan cukup dengan usia 15-24 tahun. Artinya, umur sangat mempengaruhi pola pikir seseorang dalam menanggapi objek tertentu. Hal ini sejalan dengan penjelasan pada bab II yang menyatakan bahwa semakin tua semakin bijaksana, semakin banyak informasi yang didapatkan sehingga menambah pengetahuannya. Seperti halnya dengan pengetahuan ibu mengenai gizi. Semakin tua seorang ibu maka semakin banyak pula pengalaman seorang ibu mengenai gizi yang baik untuk ibu hamil.

Berdasarkan data yang terdapat dalam tabel diatas menunjukkan bahwa dari 24 orang mengalami gizi kurang. Pada tahun 2022 dimana ibu dengan pendidikan SD sebanyak 0 orang 0%, ibu dengan pendidikan SMP sebanyak 11 orang 45,8%, ibu dengan pendidikan SMU sebanyak 13 orang 54,1% dan ibu dengan pendidikan perguruan tinggi sebanyak 0 orang 0%.

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan didalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Dengan pendidikan tinggi maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi, baik dari orang lain maupun dari media massa. Semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula pengetahuan yang di dapat tentang kesehatan. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang diharapkan tinggi pula tingkat pengetahuannya.

Berdasarkan data yang terdapat dalam tabel diatas menunjukkan bahwa dari 24 orang ibu hamil yang memiliki pekerjaan wiraswasta sebanyak 0 orang 0%, swasta 0 orang 0%, PNS 0 orang 0% dan IRT 24 orang 100%. Pekerjaan adalah sebuah tanggung jawab dan merupakan tuntutan sebagai suatu proses menuju arah kedewasaan apabila meninggalkan hal ini maka kemampuan kita hanya sebatas itu. Pekerjaan dalam arti luas adalah aktivitas utama yang dilakukan oleh manusia. Dalam arti sempit, istilah pekerjaan digunakan untuk suatu tugas atau kerja yang menghasilkan uang.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa kejadian gizi kurang berdasarkan umur pada tahun 2022 paling tinggi adalah umur 15-24 yaitu 17 kasus (70,8%), kejadian gizi kurang berdasarkan pendidikan Tahun 2022 paling tinggi yaitu pendidikan tamat SMP yaitu 11 kasus (45,8%), kejadian gizi kurang berdasarkan pekerjaan Tahun 2022 yaitu IRT 24 kasus (100%).

## REFERENSI

- Enny Fitriahadi. 2017. *Perubahan anatomi fisiologis pada wanita hamil*. Guepedia.
- Enny Fitriahadi. (2017). *Buku ajar Asuhan kehamilan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ida Purnomowati, Diana H, Cahyo. (2019). *Pengertian Gizi*. Guepedia.
- I.K.G. Suandi. 2019. *Pengertian Gizi*. Jakarta: EGC.
- Kemendes RI. 2014. *Kebutuhan Gizi Ibu Hamil*. Guepedia.
- Mitayani, 2013. *Asuhan keperawatan maternitas*. Jakarta: Salembamedika.
- Nugroho. 2014, *Pengertian Ibu Hamil*. Guepedia.
- Narusalam, 2017. *Pengertian Tentang Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo Soekidjo. 2013. *Unsur-Unsur Pendidikan*. Jakarta: EGC.
- Narusalam. 2017. *Pengertian Umur* Jakarta : Rineka Cipta.
- Narusalam. 2017. *Pengertian Pekerjaan*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo. 2013. *Kerangka Konsep*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2013. *Ilmu Perilaku Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Pieter & Namora. 2013. *Perubahan Psikologis Dalam Masa Kehamilan*. Guepedia.
- Prawirohardjo. 2016. *Tanda-Tanda Kehamilan Pasti, Tidak Pasti dan Kemungkinan*.
- Prawirohardjo. 2016. *Gejala Kehamilan Tidak Pasti*. Jakarta: EGC.
- Prawiroharjo. 2014. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Sarwono
- Sulistyoningsih. 2017. *Pengaturan Makanan untuk Ibu Hamil*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sulistyoningsih. 2017. *Makanan yang Harus Dihindari Ibu Hamil*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sulistyoningsih. 2017. *Pengaruh Gizi Pada Kehamilan* .Jakarta: Rineka Cipta.
- Sulistyoningsih. 2017. *Faktor Yang Mempengaruhi Gizi Ibu Hamil*. Jakarta: Rineka Cipta.



- Sulistyoningsih. 2017. *Gizi Kurang Pada Ibu Hamil*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sulistyoningsih. 2017. *Faktor Yang Mempengaruhi Gizi Kurang Pada Ibu Hamil*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sarwono Prawirohardjo. (2017). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Wiknjastro Hanifa, 2014, *Ilmu Kebidanan*, Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Yulaikha Lily, 2015. *Seri Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta :EGC.