Vol.5, No.2, Sept 2024, pp. 59-65

ISSN: 2721-4877

# Overview of knowledge and consumption patterns of women of childbearing age (WUS)

## Antonia D G Moda <sup>1</sup>, Asmulyati S Saleh<sup>2</sup>, Albert M S Bau Mali<sup>3</sup>

Program studi Gizi, Poltekkes Kemenkes Kupang, Kupang, Indonesia

#### **ABSTRAK**

Wanita Usia Subur (WUS) adalah wanita yang berada dalam peralihan masa remaja akhir hingga usia dewasa awal. Karakterisitik WUS yang paling utama adalah ditandai dengan peristiwa fisiologis, seperti menstruasi dan tercapainya puncak kesuburan dengan fungsi organ reproduksi yang sudah berkembang dengan baik.WUS diasumsikan sebagai wanita dewasa yang siap menjadi seorang ibu. Kebutuhan gizi pada masa ini berbeda dengan masa anak-anak, remaja, ataupun, lanjut usia. Kebutuhan zat gizi pada masa ini menjadi penting karena merupakan masa dalam mempersiapkan kehamilan dan menyusui. Untuk itu wanita sangat diharuskan menjaga kesehataannya terutama aktifitas dan pola makan . Pola makan merupakan gambaran yang menginformasikan jumlah jenis dan frekuensi makan yang dikonsumsi setiap hari. Pengetahuan akan gizi yang kurang akan menimbulkan masalah kesehatan yang mempengaruhi kesuburan wanita. Hasil analisis menyatakan tidak ada hubungan antara pengetahuan dan pola konsumsi dengan kejadian KEK pada WUS . Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan pola konsumsi wanita usia subur. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan Cross Sectional analisis data yang digunakan yaitu uji Uji fisher exact. Berdasarkan Hasil Penelitian diketahui bahwa pengetahuan wanita usia subur di KUA Kelapa Lima dengan kategori baik 51.4% cukup 37.5% dan kurang 11.1%.pola konsumsi wanita usia subur dengan kategori baik untuk jenis makanan 23.6% kurang 76.4%, Frekuensi makanan baik 58.3% kurang 41.7%, dan jumlah asupan protein kurang 63.9% baik 23.6% lebih 12.5%, asupan lemak

kurang 79.2% baik 8.3% lebih 12.5% karbohidrat kurang 70.8% baik 18.1% 11.1%

Kata kunci : Pengetahuan, Pola konsumsi, Wanita usia subur

#### ABSTRACT

Women of childbearing age (WUS) are women who are in their late teens to early adulthood. The main characteristics of WUS are characterized by physiological events, such as menstruation and reaching peak fertility with well-developed reproductive organ function. WUS is assumed to be an adult woman who is ready to become a mother. Nutritional needs during this period are different from those of childhood, adolescence or old age. The need for nutrients during this period is important because it is a time to prepare for pregnancy and breastfeeding. For this reason, women are obliged to maintain their health, especially their activities and diet. Diet is a description that informs the number of types and frequency of food consumed every day. Insufficient knowledge of nutrition will cause health problems that affect women's fertility. The results of the analysis stated that there was no relationship between knowledge and consumption patterns and the incidence of SEZ in WUS. This research aims to determine the knowledge and consumption patterns of women of childbearing age. This research is a quantitative research with a Cross Sectional data analysis approach used, namely the Fisher Exact Test. Based on the research results, it is known that the knowledge of women of childbearing age at KUA Kelapa Lima is in the good category 51.4%, sufficient, 37.5% and 11.1% less. The consumption pattern of women of childbearing age in the good category for types of food is 23.6% less than 76.4%, frequency of goodfood is 58.3%, less than 41.7 %, and total protein intake less 63.9% good 23.6% more 12.5%, fat intake less 79.2% good 8.3% more 12.5% carbohydrates less 70.8% good 18.1% 11.1**%.** 

Keywords: Knowledge, Consumption patterns, Woman of childbearing age

\*Correspondeng Author:

Antonia Deo Gratia Moda Program Studi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang

Email: aniamoda078@gmail.com

#### PENDAHULUAN

WUS merupakan perempuan yang ada dalam masa matangnya organ reproduksi serta hal tersebut telah mempunyai fungsi dengan baik, yakni dalam jangka usia 15 hingga 49 tahun diantara perempuan hamil, perempuan tidak hamil, calon pengantin, ibu nifas, pekerja perempuan serta remaja putri.

Wanita usia subur masa pra-konsepsi (pranikah) diantara kelompok rawan atau calon ibu yang memperlukan atensi secara khusus. Makanan yang mengadung zat gizi yang kebutuhannya dari kurang mengakibatkan permasalahan gizi misalnya anemia defisiensi zat gizi dan Kurang Energi Kronis (KEK) yang berakibat terhadap fase hidup berikutnya misalnya bayi mengalami stunting, resiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah (BBLR), badan perkembangan dan pertumbuhan janin yang terganggu ketika kehamilan atau sesudahnya (Wulandari et al., 2022).

Tanpa setiap manusia sadar ternyata pengetahuan sepentiing dan sengaruh itu pada perilaku yang akan mereka lakukan dari hasil keputusan otak- otaknya. Begitu juga penentuan pikiran tentang perilaku sehat dalam diri tiap manusia. Makanan pangan yang dikonsumsi hasil putusan yang ada dalam pikiran dalam mengkonfirmasi pilihan makananan yang dipilih-pilihna. Sejatinya kondisi keuangan dari manusia atau para masarakat juga ada pengaharuh nya dalam pikiran seabgai penentu konsumsi makanan (Nurqadriyani et al., 2021).

Pengetahuan merupakan faktor yang sangat penting dalam membentuk perilaku setiap individu, termasuk perilaku kesehatan.

Pengetahuan gizi dan kesehatan berpengaruh terhadap perilaku konsumsi pangan. Semakin banyak pengetahuan Anda tentang nutrisi dan kesehatan, semakin Anda dapat mendiversifikasi jenis makanan yang Anda konsumsi untuk memenuhi kebutuhan nutrisi Anda.. Seseorang yang berpengetahuan kurang tidak mampu menyediakan makanan yang baik dan berisiko lebih tinggi mengalami masalah gizi buruk.

Pengetahuan adalah suatu hal yang dapat menambah informasi tentang apapun pada seseorang, yang membuat informasi seseorang makin bertambah jika selalu diingat bahkan dipraktekan dalam kehidupan sehari-hari, bahkan membuat seseorang menjadi tahu yang asalnya tidak tahu. Sesuatu yang diketahui berkenaan dari yang dilihat atau informasi yang didengar sepanjang hidupnya adalah maksud dari pengetahuan. Sehingga, pengetahuan dapat memberikan dampak yang baik jika orang tersebut menggunakan nya dengan baik. Serta, pengetahuan juga dapat merubah perilaku seseorang sesuai kepribadiannya (Putri et al., 2021).

Pengetahuan gizi yang rendah menjadi penyebab timbulnya masalah gizi dan perubahan kebiasaan pola makan, serta pola konsumsi makanan. Pola konsumsi meliputi aneka jenis dan kuantitas makanan yang dikonsumsi serta frekuensi dan waktu makan yang secara jumlah akan menentukan ukuran tinggi rendahnya makanan yang dikonsumsi (Kanah, 2020).

Status gizi dapat dipengaruhi oleh pola makan seseorang.Pola makan Anda menentukan jumlah nutrisi yang masuk ke tubuh Anda. Jumlah makanan yang cukup, variasi makanan, dan frekuensi makan yang teratur berperan penting dalam menentukan status gizi.Namun permasalahan terkait kebiasaan makan pada masyarakat Indonesia masih terdapat (Krisdayani et al., 2023).

## **BAHAN DAN METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan crosectional..peneitian dilakukan pada bulan mei2024 di KUA kelapa lima. Sampel penelitian adalah wanita usia subur yang mendaftar di KUA kelapa lima berjumlah 72 orang. Variabel penelitian meliputi variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini, yaitu pengetahuan dan pola konsumsi yang dikumpulkan menggunakan kuesioner, form recall dan FFQ. Variabel pengetahuan gizi akan diukur kemampuan berdasarkan WUS dalam pengisihan kuesioner yang berisi pertanyaan mengenai gizi.. Data WUS diperoleh

menggunakan kuesioner. Data pola konsumsi diperoleh dengan mewawancarai WUS menggunakan form food recall 1x24 jam. Dan FFQ dapat dilakukan untuk mengetahui pola konsumsi seseorang. Data asupan zat gizi makro diolah menggunakan aplikasi nutrysurvey, kemudian dibandingkan dengan angka keiukupan gizi (AKG) 2013 dan dikelompokan.

Jenis Penelitian ini Dengan cara ini, setiap subvek penelitian hanya diperiksa kadangkadang saja, dan sepanjang sesi penelitian, dilakukan pengamatan terhadap karakter atau variabel subyek penelitian. Initidak berarti bahwa setiap masalah yang diselidiki ditanggapi secara kooperatif. Penelitian ini menggunakanpendekatan persiapan sampel cross-sectional untuk penelitian kuantitatif. Suatu bentuk pendekatan penelitian yang digunakan untuk memastikan sifat suatu faktor risiko yang berpotensi membahayakan adalah investigasilintas bagian. Metode ini pengambilan menggunakan sampel observasional atau pengumpulan data setiap beberapa hari (teknik point in time) (Siyoto, 2015).

Penlitian ini meggunakan Populasi dan Sempel Selain itu, populasi didefinisikan jumlah total sebagai individu vang berkontribusi terhadap temuan penelitian. Populasi adalah keseluruhan atau sekelompok objek yang mempunyai ciri-ciri serupa. Populasi mengacu pada jumlah total orang, kelompok orang, atau tempat dengan budaya yang sama atau berbeda. Populasi adalah jumlah total unit analisis yang menggunakan faktori kejadian, organisasi, usaha, benda (hidup atau mati), peristiwa, waktu, dan (Irmawartini, perkiraan 2017). Menurut penelitian ini populasinya adalah 77 orang yang berdomisili di KUA kecamatan Kelapa Lima.

Sampel dapat berupa populasi yang memberikan informasi atau data yang dibutuhkan untuk penelitianyang sedang berlangsung. Nama lain untuk sampel adalah "tulang punggung" dari masyarakat, dan sampel diwakili oleh simbol yang sama. (Irmawartini, 2017).

Persiapan sampel dapat dilakukan menggunakan proses yang disebut pengambilan sampel total. Sebanyak 77 individu dipilih menjadi partisipan sampel untuk penelitian ini.

Kriteria inklusif dari penelitian yyaitu:

a. WUS yangymasih terdaftar di KUA kelapa lima

b. Bersedia terlibat dalam penelitian Kriteria Eklusif:

Semua sampel digunakan dalam penelitian ini. Ukuran sampel selalu berubah saat pengambilan sampel penuh digunakan untuk mengurangi ukuran populasi.

Pola Konsumsi Kebiasaan makan terkait dengan pola berulang atau serangkaian kebiasaan gaya hidup yang terjadi dalam perilaku konsumsi makanan. Pola konsumsi mengacu pada berbagai jenispinformasi yangpmemberikanpgambaran tentangpienis, kuantitas, dan frekuensi makananp yang dikonsumsi setiap kelompok masyarakat sehari-hari dasar (La Ode Alifariki, 2020). Mendorong semakin banyak konsumsi makanan memerlukan peningkatan kesadaran akan makanan bergizi, mengubah kebiasaan makan, dan upaya sehari-hari untuk memilih, menyiapkan, dan mengonsumsi makanan(Dr. Ari Istiany, 2013).

## 1. Jenis Makanan

Yang dimaksud dengan "pangan" adalah jenis ikan yang dikonsumsi sehari-hari, yang meliputi ikan, kerang, nabati, hewani, psayursayuran, pdan buah- buahan.Makanan pokok Indonesia adalah utama yang diperlukan oleh sekelompok atau individu aspirasional yang terdirip dari nasi, jagung, sagu, umbi- umbian dan tepung terigu.

## 2. Frekuensi Makan

Secara sederhana, makanan yang dikonsumsi manusia adalah dimakan. Frekuensi makan adalah beberapa kali makan per hari, mulai dari sarapan, siang, malam, dan ringan. Frekuensi makan bervariasi menurut jumlah makanan yang dimakan setiap hari. Pencernaan saluran dan proses di tubuh (Adriani et al., 2022).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut merupakan distribusi responden.

Tabel 1. Distribusi karakteristik

		csponden	ponucn	
_	Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)	
	<20	5	6,9	
	20-35 tahun	60	83,3	
	>35 tahun	7	9,7	
	Jumlah	72	100,0	

Tabel 1. Kategori umur <20 tahun berjumlah 5 orang (6,9%) kategori umur >20-35 tahun 60 orang (83,3%) dan kategori umur > 35 tahun 7 orang (9,7%).

Berikut merupakan distribusi pengetahuan WUS.

Tabel 2. Distribusi pengetahuan WUS

	<b>F-8</b>		
Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)	
Baik	27	37,5	
Cukup	8	11,1	
Kurang	37	51,4	
Jumlah	72	100,0	

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa dari 72 responden yang memiliki pengetahuan baik 27 (37,5%) cukup 8 (11,1%) dan kurang 37 (51,4%).

Berikut merupakan distribusi pola konsumsi (jenis makanan).

Tabel 3. Distribusi pola konsumsi (jenis makanan)

Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Baik	17	23.6
Kurang	55	76,4
Jumlah	72	100,0

Berdasarkan tabel 3. diketahui bahwa dari 72 responden yang memiliki jenis makanan baik yaitu 17 orang( 23,6%) dan kurang yaitu 55 orang( 76,4%).

Berikut merupakan distribusi pola konsumsi (frekuensi makanan).

Tabel 4. Distribusi pola konsumsi (frekuensi makanan)

	,	
Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Baik	42	58,3
Kurang	30	41,7
Jumlah	72	100,0

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa dari 72 responden yang memiliki frekuensi makanan baik yaitu 42 orang( 58,3%) dan kurang yaitu 30 orang( 41,7 %).

Berikut merupakan distribusi pola konsumsi jumlah (protein).

Tabel 5. Distribusi pola konsumsi jumlah (protein)

<b>1</b>			
Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)	
Kurang	46	63,9	
Baik	17	23,6	
Lebih	9	12,5	
Jumlah	72	100,0	

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa 46 individu (63,9%) dari 72 responden memiliki protein berkualitas tinggi, sedangkan sebanyak 17 orang (23,6%) dan lebih dari 9 orang (12,5%) memiliki kadar protein tinggi.

Tabel 6. Distribusi pola konsumsi jumlah (lemak)

Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Kurang	57	72,9
Baik	6	87.5
Lebih	8	12,5
Jumlah	72	100,0

Dari 72 responden, Tabel 3.8 menunjukkan bahwa, 57 people (72.9%) had a somewhat higher asupan than others, with 6 people (87.5%) having a slightly higher asupan than others (12.5%).

Tabel 7. Distribusi pola konsumsi jumlah (karbohidrat)

• ,		
Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Kurang	51	70,8
Baik	13	18,1
Lebih	8	11,1
Jumlah	72	100,0

Tabel 3.9 menunjukkan bahwa dari 72 responden, 51 (atau 708%) memiliki kadar karbohidrat rendah, sedangkan 13 (18,1%) dan lebih dari 8 (11,1%) memiliki kadar karbohidrat tinggi.

#### **PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 72 responden umur dibawah <20 tahun 5 orang, 20-35 tahun60 orang dan >35 tahun 7 orang , Pernikahan memerlukan kematangan jiwa dan raga agar seseorang dapat melangsungkan pernikahan tanpa

perceraian dan meninggalkan keturunan yang baik. Batasan umur perkawinan yang diatur dalam Pasal7 Ayat 1 Undang-undang Nomor 1 Tahun 1970 tentang Perkawinan diatur sebagai berikut: Perempuan mencapai usia 16 tahun dan laki-laki mencapai umur 19 tahun. Perkawinan di bawah umur adalah perkawinan yang terjadi pada waktu pihak laki-laki dan perempuan masih dibawah umur atau belum mencapai umur yang ditentukan dalam undang-undang perkawinan. Jadi, Perkawinan di bawah umur dalam pengertian UU adalah perkawinan yang dilakukan antara seorang laki-laki dan seorang perempuan yang belum mencapai batas minimal umur perkawinan, 19 tahun (Pendidikan et al.. 2023). Hasil penelitian ini berdasarkan 72 berpengetahuan responden yang baik sebanyak 27 orang (37,5%), 37 orang (51,4%), dan 8 orang (11,1%). Dengan demikian, tingkat pengembalian investasi secara signifikan mempengaruhi kebiasaan pembelian keluarga terhadap kebutuhan sehari-hari, yang pada akhirnya mempengaruhi kesehatan individu. Berdasarkan data yang diperoleh dari temuan penelitian, hingga 72 responden dapat diidentifikasi, 27 orang berpengetahuan baik dan 37 orang berpengetahuan agak baik tetapi mengalami KEK. Hal ini disebabkan oleh hasil rata- rata pendapatan ekonomi penelitian di bawah ini, dimana masyarakat yang berpendapatan rendah akan kesulitan untuk membeli jenis dan jumlah barang yang dibutuhkannya.

Dengan mengetahui pentingnya nutrisi bagi ibu hamil, Anda dapat meningkatkan kesadaran Anda untuk mendapatkan nutrisi yang cukup sebelum hamil. Pengetahuan gizi kurangnya mempengaruhi perspektiv, prinsip, dan informasii.Tergantung pada tingkat pengetahuan Anda, Anda akan memiliki keterampilan optimal berupa pengetahuan dan sikap. Memiliki pengetahuan yang cukup tidak serta merta berarti memiliki sikap positif; Penting bagi Anda untuk dapat mengenali, memahami, mensintesis, dan menerapkan informasi yang Anda butuhkan. Berpikir positif adalah

penyatuan pengetahuan dan ide itu sendiri (Fitriani et al., 2021). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 72 responden, 17 orang (23,6%) memiliki jenis makanan baik dan 55orang (76,4%) memiliki jenis makanan buruk, frekuensi makanan baik yaitu 42 orang (58,3%).dan.kurang yaitu 30 orang (41,7 %) jumlah asupan protein kurang 46 (63,9%) baik 17 (23,6%) lebih 9 (12,5%) jumlh asupan lemak kurang 57 (79,2%) baik 6 (8,3%) lebih 9 (12,5) dan jumlah asupan karbohidrat kurang 51 (70,8%) baik13 (18,1%) lebih 8 (11,15).

Pola konsumsi dikatakan baik apabila memenuhi jenis, jumlah dan frekunsi sedangkan hasil penelitian dari 72 orang tidak ada pola konsumsi yang baik dikarenakan tidak memenuhi jumlah makananan .

Hal ini terjait dengan pemelitian (Mijayanti, 2020). Kebiasaan makan berkaitan dengan pengulangan atau bagian dqri panjang kebiasaqn hidup secara holistik yang dapaat dipengaruhi oleh pola konsumsii pangan. Frekuensi konsumsi mengacu pada jenis makanan yang biasanya dikonsumsi; jenis makanan ini biasanya terdiri dari makanan yang disiapkanlebih lambat atau makanan yang diinginkan pada periode waktu tertentu.

Pola konsumsi yang tidak terkelola dengan baik pada wanita subur dapat mengindikasikan bahwa kebutuhan orang tua mereka tidak berpotensi menyebabkan terpenuhi, yang kesehatan yang buruk. Jika prasangka ini berlanjut dalam jangka waktu yang lama, wanita suburban berisiko mengalami KEK. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor tambahan yang mengakibatkan pola konsumsi yang tidak terkait defisiensi energi kronis (CEC), antara lain: Kendala keuangan yang menghalangi Anda membeli makanan berkualitas tinggi dan membahayakan kebutuhan nutrisi Anda.Keluarga dengan kondisi ekonomi yang biasanya menghabiskan buruk sebagian pendapatannya untuk makanan. Sebagian besar pendapatan Anda digunakan untuk membeli makanan, jadi semakin banyak uangn yangn anda miliki, semakin baik makanan yang anda dapatkan. Tingkat pendapatan menentukan jenis makanan apa yang Anda beli karena

semakin banyak uang yang dibelanjakan untuk pembelian (Rostania et al., 2022)...

Hal ini menyoroti kebutuhan untuk memenuhi kebutuhan dalam keluarga, terutama dalam hal mengonsumsi makanan dengan nilai gizi tinggi. Pola konsumsi merupakan salah satu penyebab tersembunyi terjadinya KEK karena apabila zat gizi dari makanan tidak seimbang dengan kebutuhan tubuh, maka akan mengakibatkan terjadinya defisiensi zat gizi (Studi et al., 2020)..

Pola konsumsi dikatakan baik apabila memenuhi jenis frekunsi dan jumlah apabila salah satunya kurang maka dikatakan pola konsumsi tidak baik. Berbagai jenis makanan yang baik meliputi makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, dan buah. Pola makan yang sehat terdiri dari dua porsi sayuran dan tiga kali makan utama. Jumlah makanan yang dikonsumsi seseorang dapat dipengaruhi oleh dua faktor: faktor internal dan eksternal. Faktor eksternal bagi individu. seperti ketersediaan bahan baku yang mudah diperoleh dan keadaan lingkungan sosial dan ekonomi, dapat memengaruhi jumlah waktu yang dihabiskan orang untuk membeli bahan baku (Prakonsepsi Fitriani et al., 2021).

#### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut, karakteristik usia responden diketahui bahwa dari 72 responden umur dibawah <20 tahun 5 orang, 20-35 tahun 60 orang dan >35 tahun 7 orang.

Diketahui bahwa pengetahuan wanita usia subur di KUA Kelapa Lima dengan kategori baik 51.4% cukup 37.5% dan kurang 11.1%.

Diketahui bahwa pola konsumsi wanita usia subur dengan kategori baik untuk jenis makanan 23.6% kurang 76.4%, Frekuensi makanan baik 58.3% kurang 41.7%, dan jumlah asupan protein kurang 63.9% baik 23.6% lebih 12.5%, asupan lemak kurang 79.2% baik 8.3% lebih 12.5% karbohidrat kurang 70.8% baik 18.1% 11.1%.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adriani, P., Aisyah, I. S., Wirawan, S., Hasanah, L. N., Nursiah, A., Yulistianingsih, A., Siswati, T., & Sahara, R. M. (2022). Stunting Pada Anak. Global Eksekutif Teknologi.
- Arista, A. D., Widajanti, L., & Aruben, R. (2017). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Tingkat Konsumsi Energi, Protein, dan Indeks Massa Tubuh/Umur dengan Kekurangan Energi Kronik pada Remaja Putri (Studi di Sekolah Menengah Kejuruan Islamic Centre Baiturrahman Semarang pada Puasa Ramadhan Tahun 2017). Jurnal Kesehatan Masyarakat, 5(4), 585–591.
- Chairunnisa, A., Sari, A. I., Naomi, D., Alfien, M. A., & Group, C. V. N. M. (2021). BANK GIZI: MATERI DAN SOAL EDISI 2. CV Nutri Media Group.
- Diningsih, R. F., Wiratmo, P. A., & Lubis, E. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Gizi Terhadap Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada Ibu Hamil. Binawan Student Journal, 3(3), 8–15.
- Dr. Ari Istiany, M. S. (2013). GIZI TERAPAN. PT REMAJA ROSDAKARYA. Irmawartini. (2017). Metodologi Penelitian.
- Fitriani, F., Afriyani, L. D., Diba, F., Wahyuni, Y. I., Indriani, D., Wahyuni, T., Triani, E., Pertiwi, H., Oktafiana, Y., & Susanti, S. (2021). Literature Review Hubungan Pengetahuan dengan KEK pda Wanita Prakonsepsi. CALL FOR PAPER SEMINAR NASIONAL KEBIDANAN, 196–204.
- Hubu, Novika, Nuryani Nuryani, and Yanti Hz Hano. 2018. "Pengetahuan, Asupan Energy Dan Zat Gizi Berhubungan Dengan Kekurangan Energy Kronis Pada Wanita Prakonsepsi." Gorontalo Journal of Public Health 1 (1): 015. https://doi.org/10.32662/gjph.v1i1.144.
- Kanah, P. (2020). Relationship between knowledge and consumption patterns with nutritional status in health students. Medical Technology and Public Health Journal, 4(2), 203–211.

- Krisdayani, D. D., Agustina, A., & Hanifah, L. (2023). Hubungan Pola Makan, Pengetahuan Gizi Seimbang Dan Sosial Budaya Dengan Status Gizi Calon Pengantin. Gizi Indonesia, 46(1), 11–22. https://doi.org/10.36457/gizindo.v46i1.72
- La Ode Alifariki, S. K. N. M. K. (2020). Gizi Anak dan Stunting. Penerbit LeutikaPrio.
- Najmah, S. K. M. M. P. H., Dr. Haerawati Idris, S. K. M. M. K., Feranita Utama, S. K. M. M. K., Indah Purnama Sari, S. K. M. M. K. M., Amrina Rosyada, S. K. M. M. P. H., Risda Anjani, S. K. M., Mawaddah Dyah Popita, S. K. M., Ditia Fitri Arinda, S. G. M. P. H., Yeni, S. K. M. M. K. M., & Nurmalia Ermi, S. S. T. M. K. M. (2022). Ilmu Kesehatan Masyarakat: Interseksi Teori & Aplikasi pada Konteks Indonesia. CV. Bintang Semesta Media.
- Nurqadriyani, W., Polakonsumsi, H., Gizi, P., Kurang, K., Kronik, E., Hamil, I., Kerja, W., Sudiang, P., & Makassar, K. (2021). Hubungan PolaKonsumsi dan Pengetahuan Gizi dengan Kejadian Kurang Energi Kronik pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sudiang Kota Makassar.
- Prakonsepsi Fitriani, W., Dian Afriyani, L., Diba, F., Indah Wahyuni, Y., Indriani, D., Wahyuni, T., Triani, E., Pertiwi, H., Oktafiana, Y., Sari, R., & Eka, L. (2021). Literature Review Hubungan Pengetahuan dengan KEK pada. 196–204.
- Paratmanitya, Y. & Hadi, H. (2012) "Citra tubuh , asupan makan , dan status gizi wanita usia subur pranikah", 8(3), pp. 126–134.
- Purba, R. B., Rumagit, F. A., Laoh, J. M., & Sineke, M. E. (2022). Asupan Zat Gizi dan Pendapatan Keluarga dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada Siswa Putri di SMA N 1 Belang. Prosiding Semnas, 1(2), 430–440.34–51.
- Putri et al (2021). Jurnal of management nursing Asuhan Keperawatan Diare pada Anak dengan Gastroenteritisdi Ruang Ar-Rahman. Banyumas

- Rostania, Yusuf, K., & Rate, S. (2022). Hubungan Pola Makan dan Status Sosial Ekonomi dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik. Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis, 17(2), 73–80.
- https://doi.org/10.35892/jikd.v17i2.90 0
- Siyoto, S. (2015). Dasar Metodologi Penelitian.
- Studi, P., Gizi, I., Masyarakat, F. K., & Hasanuddin, U. (2020). Wahyuni nurqadriyani bustan k211 16 507.
- Wulandari, F. K., Yolandia, R. A., & Mardiyah, M. S. (2022). Hubungan Antara Pengetahuan, Asupan Zat Gizi, dan Pola Hidup Dengan Kekurangan Energi