

GAMBARAN PENGETAHUAN DAN POLA KONSUMSI WANITA USIA SUBUR (WUS)**Antonia D G Moda¹, Asmulyati S. Saleh², Albert M S Bau Mali³**

Program studi Gizi, Poltekkes Kemenkes Kupang

ABSTRAK

Wanita Usia Subur (WUS) adalah wanita yang berada dalam peralihan masa remaja akhir hingga usia dewasa awal. Karakteristik 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 kesehatannya 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 good food 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***Corresponding Author:**

Antonia Deo Gratia Moda
Program Studi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang
[Email : aniamoda078@gmail.com](mailto: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 (pra-nikah) diantara kelompok rawan atau calon ibu yang memerlukan atensi secara khusus. Makanan yang mengandung zat gizi yang kurang dari kebutuhannya dapat 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 badan lahir rendah (BBLR), dan perkembangan dan pertumbuhan janin yang terganggu ketika kehamilan atau sesudahnya (Wulandari et al., 2022).

Tanpa setiap manusia sadar ternyata pengetahuan sepenting dan pengaruh 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 makanan yang dipilih-pilihna. Sejatinnya kondisi keuangan dari manusia atau para masyarakat juga ada pengaruhnya dalam pikiran sebagai 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 dipraktikkan 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 menggunakannya 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 (Kana,

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 cross-sectional. Penelitian dilakukan pada bulan Mei 2024 di KUA Kelapa Lima. Sampel penelitian adalah wanita usia subur yang terdaftar 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 berdasarkan kemampuan WUS dalam pengisian 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 nutrisurvey, kemudian dibandingkan dengan angka kecukupan gizi (AKG) 2013 dan dikelompokkan

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

Penelitian ini menggunakan Populasi dan Sempel Selain itu, populasi didefinisikan sebagai jumlah total individu yang 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 perkiraan (Irmawartini, 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 penelitian yang 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 inklusi dari penelitian yaitu:

- a. WUS yang masih terdaftar di KUA kelurahan lima
- b. Bersedia terlibat dalam penelitian

Kriteria Eksklusif:

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 jenis informasi yang memberikan gambaran tentang jenis, kuantitas, dan frekuensi makanan yang dikonsumsi setiap kelompok masyarakat sehari-hari. dasar (La Ode Alifariqi, 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, sayur-sayuran, dan buah-buahan. Makanan pokok Indonesia adalah utam yang diperlukan oleh sekelompok atau individu aspirasional yang terdiri 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).

3. Jumlah makan

Jumlah makanan yang dikonsumsi setiap orang atau individu dalam suatu kelompok dikenal sebagai Jumlah Makan (Najmah et al., 2022).

Metode pengukuran pola konsumsi :

a. Food Recall

Jika pengukuran dilakukan setidaknya sekali per 24 jam pada hari-hari non-unrut, hasilnya dapat digunakan untuk memperkirakan bias dalam konsumsi makanan setiap hari (Chairunnisa et al., 2021). Di antaranya adalah nama makanan, komposisi, dan berat dalam gram serta luas ruang tangga (URT). Pendekatan “mengingat kembali” adalah strategi statistik yang berpusat pada kapasitas subjek untuk mengingat setiap makanan dan minuman yang telah mereka konsumsi selama periode 24 jam. Mencatat setiap jenis makanan dan berapa banyak yang dikonsumsi dalam satu hari sebelum mengingat kembali merupakan bagian dari proses mengingat kembali. Prinsip panduan metode ini adalah mencatat kuantitas dan kualitas makanan yang dikonsumsi. Metode ini digunakan untuk memahami apa yang dimakan seseorang.

b. FFQ (Food Frequency Questionnaire)

Salah satu metode untuk mengurangi jumlah konsumsi pangan yang terjadi secara rutin adalah dengan mengukurnya. Ini adalah salah satu cara untuk memahami keadaan pangan. Kuesioner Frekuensi Pangan adalah metodologi yang digunakan dalam penelitian ini.

Banyak pengulangan selama beberapa jenis makanan dan periode waktu tertentu yang diikutsertakan dalam kekerapan makanan. Kuesioner Frekuensi Makanan adalah metode yang berfokus pada konsumsi makanan aktual subjek. Tujuan dari FFQ ini adalah untuk menentukan jenis dan frekuensi makanan yang dikonsumsi seseorang dalam periode waktu tertentu, seperti sehari, seminggu, sebulan, atau setahun (Chairunnisa et al., 2021)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden

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%)

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan WUS

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%)

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%)

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%)

Tabel 5. Distribusi pola konsumsi jumlah(protein)

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 (lemak)

Kategori	Frekuensi (n)	Presentase %
Kurang	57	72,9
Baik	6	8,5
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 (8.5%) 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 70,8%) 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 tahun 60 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 Pasal 7 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 responden yang berpengetahuan 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 perspektif, prinsip, dan informasi. 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 55 orang (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%) jumlah asupan lemak kurang 57 (79,2%) baik 6 (8,3%) lebih 9 (12,5) dan jumlah asupan karbohidrat kurang 51 (70,8%) baik 13 (18,1%) lebih 8 (11,15)

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

Hal ini sejalan dengan penelitian (Mijayanti, 2020). Kebiasaan makan berkaitan dengan pengulangan atau bagian dari panjang kebiasaan hidup secara holistik yang dapat dipengaruhi oleh pola konsumsi pangan. Frekuensi konsumsi mengacu pada jenis makanan yang biasanya dikonsumsi; jenis makanan ini biasanya terdiri dari makanan yang disiapkan lebih 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 terpenuhi, yang berpotensi menyebabkan kesehatan yang buruk. Jika prasangka ini berlanjut dalam jangka waktu yang lama, wanita subur akan 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 buruk biasanya menghabiskan sebagian pendapatannya untuk makanan. Sebagian besar pendapatan Anda digunakan untuk membeli makanan, jadi semakin banyak uang yang 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 frekuensi 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 DAN SARAN

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 pada 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.v46i1.721>
- 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., Risa 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 Gastroenteritisi di 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.v17i2.900>
- 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