

PENGARUH PEMBERIAN KONSELING DENGAN MEDIA *POP UP BOOK* TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG GIZI PRAKONSEPSI PADA WANITA USIA SUBUR DI RSUD KARTINI KARANGANYAR

THE EFFECT OF PROVIDING COUNSELING USING POP UP BOOK MEDIA ON KNOWLEDGE REGARDING PRE CONCEPTIONAL NUTRITION IN WOMEN OF FERTILIZING AGE IN HOSPITAL KARTINI KARANGANYAR

¹⁾Puspitawati NurulJannah, ²⁾Megayana Yessy Maretta

Universitas Kusuma Husada Surakarta
ABSTRAK

Menurut Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2019 Angka Kematian Ibu (AKI) akibat persalinan di Indonesia masih tinggi yaitu 59,16/100.000 kelahiran hidup. Berdasarkan Medical Record RSUD Karanganyar (2021) AKB di RSUD Kartini Karanganyar berjumlah 32 bayi. Wanita usia subur di Indonesia masih banyak yang mengalami masalah gizi seperti kekurangan energi kronis (KEK) dan anemia. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 lebih banyak WUS yang tidak hamil mengalami Kekurangan Energi Kronis, dimana usia Remaja (15-19 tahun) lebih berisiko mengalami KEK pada masa kehamilan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian konseling dengan media *pop up book* terhadap pengetahuan tentang gizi prakonsepsi pada wanita usia subur di Rumah Sakit Umum Daerah Karanganyar.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Desain yang digunakan yaitu *Quasi Eksperimental* dengan metode pendekatan *Nonequivalent Design*. Sampel penelitian ini sebanyak 29 pasien. Teknik pengambilan sampel adalah *non probability sampling* dengan teknik *consecutive sampling*. penelitian ini dilakukan di rumah sakit umum daerah kartini karanganyar. Berdasarkan pengujian pengetahuan dengan *Wilcoxon matched pairs* didapatkan hasil $P = 0,001$, maka $P < 0,05$ H_0 ditolak artinya ada pengaruh pemberian konseling dengan media *pop up book* terhadap pengetahuan tentang gizi prakonsepsi pada WUS di RSUD Kartini Karanganyar.

Simpulan penelitian ini adalah terdapat pengaruh pemberian konseling dengan media *pop up book* terhadap pengetahuan tentang gizi prakonsepsi pada WUS di RSUD Kartini Karanganyar.

Kata Kunci : Gizi Prakonsepsi, *Pop Up Book*.

ABSTRACT

According to the 2019 Indonesian Health Demographic Survey (SDKI), the Maternal Mortality Rate (MMR) due to childbirth in Indonesia is still high, namely 59.16/100,000 live births. Based on the Medical Record of Karanganyar Regional Hospital (2021), the IMR at Kartini Karanganyar Regional Hospital is 32 babies. Many women of childbearing age in Indonesia still experience nutritional problems such as chronic energy deficiency (CED) and anemia. According to 2018 Basic Health Research (Riskesdas) data, more WUS who are not pregnant experience Chronic Energy Deficiency, where teenagers (15-19 years) are more at risk of experiencing CED during pregnancy. This study aims to determine the effect of providing counseling using pop up book media on knowledge about preconception nutrition in women of childbearing age at the Karanganyar Regional General Hospital.

This research is quantitative research. The design used is Quasi Experimental with the Nonequivalent Design approach method. The sample for this study was 29 patients. The sampling technique is non-probability sampling with consecutive sampling technique. This research was conducted at the Kartini Karanganyar regional general hospital. Based on knowledge testing with Wilcoxon matched pairs, the result was $P = 0.001$, then $P < 0.05$ H_0 was rejected, meaning that there was an effect of providing counseling using pop up book media on knowledge about preconception nutrition in WUS at Kartini Karanganyar Regional Hospital.

The conclusion of this research is that there is an influence of providing counseling using pop up book media on knowledge about preconception nutrition in WUS at Kartini Karanganyar Regional Hospital..

Keywords : *Preconception Nutrition, Pop Up Book.*

PENDAHULUAN

Menurut Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2019 Angka Kematian Ibu (AKI) akibat persalinan di Indonesia masih tinggi yaitu 59,16/100.000 kelahiran hidup. Menurut laporan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2020 Angka Kematian Ibu (AKI) tahun 2020 sebesar 98.6 per 1000 kelahiran hidup. Angka kematian ibu melahirkan di Kabupaten Karanganyar pada Tahun 2021 sebesar 164,9/ 100.000 KH,

Angka Kematian Bayi (AKB) tahun 2020 sebesar 7.79 per 1000 kelahiran hidup. Angka kematian bayi di Kabupaten Karanganyar Tahun 2021 sebesar 8,3/ 1000 KH (Profil Kesehatan Kabupaten Karanganyar, 2021). Berdasarkan Medical Record RSUD Karanganyar (2021) AKB di RSUD Karanganyar berjumlah 32 bayi.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kondisi kehamilan dan kesejahteraan bayi adalah status gizi ibu sebelum hamil (prakonsepsi) dan selama kehamilan. Status gizi dan masalah kesehatan pada masa prakonsepsi sendiri ditentukan jauh pada masa remaja dan dewasa sebelum hamil atau selama menjadi wanita usia subur (WUS) (Dieny, et al, 2019). Masalah status gizi selama kehamilan dapat menyebabkan kesakitan dan kematian, dimana KEK pada ibu hamil dapat menyebabkan beberapa risiko dan komplikasi seperti anemia, terjadinya perdarahan, risiko penyakit infeksi, dan berat badan ibu yang kurang dari normal.

Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi prakonsepsi pada wanita usia subur (WUS) yaitu dengan memberikan konseling menggunakan media *pop up book*. Media *pop up book* adalah sebuah buku yang memiliki unsur 3 dimensi yang dapat bergerak saat halaman dibuka, serta memberikan visualisasi maupun tampilan yang lebih menarik untuk

meningkatkan pemahaman seseorang terkait materi yang disampaikan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di RSUD Kartini Karanganyar Wanita Usia Subur pada bulan Januari s.d Juli 2023 jumlah rata-rata pasien sekitar ± 627 WUS dan pada tanggal 10 dan 11 Juni 2023 melakukan studi pendahuluan menggunakan kuesioner dengan jumlah 20 pasien diperoleh hasil pengetahuan WUS tentang gizi prakonsepsi dengan kategori kurang sebanyak 9 pasien, kategori cukup 5 pasien, kategori baik 6 pasien.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pemberian konseling dengan media *pop up book* terhadap pengetahuan tentang gizi prakonsepsi pada wanita usia subur di RSUD Kartini Karanganyar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian konseling dengan media *pop up book* terhadap pengetahuan tentang gizi prakonsepsi pada wanita usia subur di Rumah Sakit Umum Daerah Karanganyar

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Desain yang digunakan yaitu *Quasi Eksperimental*. Design yang digunakan pada penelitian ini adalah *Nonequivalent Design* yaitu merupakan pendekatan yang paling populer dalam kuasi eksperimen. Lokasi penelitian dilaksanakan di RSUD Kartini Karanganyar. Waktu Penelitian dilaksanakan pada bulan September s.d Oktober 2023.

Populasi dalam penelitian ini adalah rata-rata pasien Wanita Usia Subur pada 3 bulan terakhir yaitu bulan Agustus s.d Oktober 2023 di RSUD Kartini Karanganyar dengan pasien 625 WUS dengan sampel yang digunakan adalah 29 pasien yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Pengambilan sampel menggunakan *non probability sampling* dengan teknik yang digunakan *consecutive sampling*

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan instrument penelitian berupa *Pop Up Book* dan Kuesioner.

Analisa data pada penelitian ini menggunakan uji univariat presentasi dan *Wilcoxon matched pairs* untuk mengetahui hipotesis pengetahuan.

Hasil Penelitian

1. Analisa Univariat

Analisa univariat digunakan untuk untuk melihat distribusi frekuensi variabel

Tabel 4.1 Distribusi karakteristik responden WUS di RSUD Kartini Karanganyar

Karakteristik	klasifikasi	Eksperiment	
		N	%
Umur	< 20 tahun	0	0%
	20-35 tahun	25	86,2%
	>35 tahun	4	13,8%
Pendidikan	SD	1	3,4%
	SMP	11	37,9%
	SMA	16	55,2%
	Perguruan tinggi	1	3,4%
Pekerjaan	PNS	0	0%
	Pelajar/Mahasiswa	0	0%
	Karyawan Swasta	7	24,1%
	Wiraswasta	1	3,4%
	IRT	21	72,4%
	Lainnya	0	0%
Sumber Informasi	Orangtua	1	3,4 %
	Tenaga kesehatan	13	44,8%
	Internet	10	34,5%
	Media Masa	0	
Lainnya	5	17,2	

Tabel 4.1 tabel di atas diketahui bahwa karakteristik responden kelompok eksperiment WUS di RSUD Kartini Karanganyar paling banyak umur 20-35 tahun yaitu sebanyak 25 orang (86,3%),

Pendidikan paling banyak SMA yaitu sebanyak 16 orang (55,2%), pekerjaan paling banyak IRT yaitu sebanyak 21 orang (72.4%), sumber informasi paling banyak Tenaga Kesehatan yaitu sebanyak 13 orang (44,8%).

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi Pengetahuan WUS Sebelum dan setelah diberikan Konseling menggunakan *pop up book* di RSUD Kartini Karanganyar.

Tingkat Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	N	%	N	%
Kurang	4	13,8%	1	3,4%
Cukup	16	55,2%	8	27,6%
Baik	9	31%	20	69%
Total	29	100%	29	100%

Tabel 4.2 tabel di atas diketahui bahwa kategori Pengetahuan WUS sebelum diberikan konseling menggunakan media *pop up book* di RSUD Kartini Karanganyar paling banyak yaitu kategori cukup sebanyak 16 orang (55,2%). Setelah diberikan konseling memiliki pengetahuan paling banyak yaitu kategori baik sebanyak 20 orang (69%).

Analisa Bivariat

Tabel 4.3 hasil signifikan pengetahuan WUS sebelum dan sesudah diberikan konseling

menggunakan *pop up book* di RSUD Kartini Karanganyar

Test Statistics ^a	
	POST PENGETAHUAN EKSP – PRE PENGETAHUAN EKSPER
Z	-3,300 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,001
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on negative ranks.	

Berdasarkan tabel 4.3 hasil nilai signifikansi (p) menggunakan *Wilcoxon matched pairs* bahwa pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan konseling menggunakan *pop up book* sebesar 0,001, maka $P < 0,05$, Sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada pengaruh pemberian konseling dengan media *pop up book* terhadap pengetahuan tentang gizi prakonsepsi pada WUS di RSUD Kartini Karanganyar.

Pembahasan

Hasil penelitian pada karakteristik umur responden kelompok eksperimen WUS di RSUD Kartini Karanganyar dengan umur 20-35 tahun yaitu sebanyak 25 orang (86,3%), >35 tahun yaitu sebanyak 4 orang (13,8%) dan <20 tahun yaitu sebanyak 0 orang (0%).

Usia dapat mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuannya semakin membaik.

Berdasarkan hasil nilai signifikansi (p) menggunakan *Wilcoxon matched pairs* bahwa pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan konseling menggunakan *pop up book* sebesar 0,001, maka $P < 0,05$, Sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada pengaruh pemberian konseling dengan media *pop up book* terhadap pengetahuan tentang gizi prakonsepsi pada WUS di RSUD Kartini Karanganyar.

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba, sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam bentuk tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2015).

Menurut Notoatmodjo (2015) Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*over behaviour*). Pada penelitian Paratmanitya et al. (2021) berjudul “*Assesing Preconception Nutrition Readiness Among Women of Reproductive Age in Bantul, Indonesia: Findings From Baseline Data Analysis of a Cluster Randomized Trial*” yang bertujuan untuk mengetahui kesiapan gizi prakonsepsi pada calon pengantin wanita di Indonesia dimana salah satu indikator yang digunakan untuk menilai kesiapan gizi sebelum hamil pada calon pengantin yaitu tingkat pengetahuan terkait gizi prakonsepsinya dan didapatkan sebagian besar respondennya berusia 20-35 tahun memiliki pengetahuan yang baik terkait gizi prakonsepsi dimana lebih dari 75% pertanyaan dijawab dengan benar.

Penelitian lain berjudul “*Hubungan Pengetahuan Gizi dan Sanitasi Lingkungan dengan Status Gizi Prakonsepsi di Polongbangkeng Utara Takalar*” menunjukkan hasil pengetahuan gizi pada wanita

prakonsepsi sebagian besar kategori sedang yaitu sebanyak 248 responden (86,4%) dari 287 wanita prakonsepsi (Syamsari et.al , 2018). Namun hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hubu et.al (2018) yang berjudul “Pengetahuan, Asupan Energi dan Zat Gizi Berhubungan dengan Kekurangan Energi Kronis pada Wanita Prakonsepsi” menunjukkan hasil analisis gambaran tingkat pengetahuan gizi pada wanita prakonsepsi yaitu sebanyak 52,6% berpengetahuan kurang, dan 47,4% berpengetahuan baik.

Pada penelitian Kusuma Intan, et al, (2022) Menunjukkan bahwa peran konseling gizi prakonsepsi dalam penelitian ini signifikan meningkatkan pengetahuan sampel, didapatkan hasil bahwa ada perbedaan sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Hasil analisis menunjukkan, terjadi peningkatan rata-rata nilai pengetahuan sampel sebelum dan sesudah diberikan konseling, salah satu hasil penelitian ini menunjukkan, peran konseling gizi prakonsepsi dalam penelitian ini signifikan

meningkatkan sikap sampel. Berdasarkan uji T-Dependent didapatkan hasil bahwa ada perbedaan sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Hasil analisis menunjukkan, terjadi peningkatan rata-rata nilai sikap sampel sebelum dan sesudah diberikan konseling. Dengan nilai signifikan diperoleh $p = 0,001 < 0,05$ yang artinya ada pengaruh konseling gizi prakonsepsi terhadap sikap sampel

Berdasarkan hasil nilai signifikansi (ρ) pengetahuan menggunakan *Wilcoxon matched pairs* dengan hasil nilai $P = 0,001$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya terdapat pengaruh pemberian konseling dengan media *pop up book* terhadap pengetahuan tentang gizi prakonsepsi pada wanita usia subur di RSUD Kartini Karanganyar.

Menurut Mulyadi (2016), konseling adalah pertemuan empat mata antara konselor (orang yang ahli) dengan klien (orang menerima bantuan) melalui wawancara profesional dalam rangka upaya membantu klien dalam mengatasi permasalahan yang dihadapinya. Selain itu juga sebagai bantuan yang

diberikan oleh seseorang konselor kepada individu (klien) yang mengalami masalah baik pribadi, sosial, belajar, karier dengan harapan klien mampu membuat pilihan dalam menjalani hidupnya. Pada konseling ini menggunakan media *Pop-Up Book* yang merupakan sebuah alat peraga tiga dimensi yang dapat menstimulasi imajinasi seseorang serta menambah pengetahuan sehingga dapat mempermudah seseorang dalam mengetahui penggambaran bentuk suatu benda, memperkaya perbendaharaan kata serta meningkatkan pemahaman seseorang (Hanifah, 2014).

Menurut Damayanti, et al, (2023) dengan judul *The Effect of Health Education with Pop-Up Book Media on Increasing Adolescent Knowledge Related to Premenstrual Syndrome* terdapat pengaruh dari pemberian pendidikan kesehatan dengan menggunakan media *pop up book* terhadap pengetahuan remaja putri terkait *premenstrual syndrome* dengan nilai *sig. (2-tailed)* sebesar 0,000 atau $< 0,05$. Menurut penelitian Larasati, et al (2022) dengan judul Hubungan Status Gizi

Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Wanita Usia Subur Di Kp. Kobak Baya RT 001/006 Desa Sukamanah Kecamatan Sukatani Kabupaten Bekasi Tahun 2022 terdapat hasil bahwa Ada hubungan yang bermakna antara status gizi prakonsepsi terhadap pengetahuan dan sikap wanita usia subur di Kp. Kobak baya dengan hasil chi-square $p=0.000$. Variabel sikap memiliki resiko lebih besar terhadap status gizi prakonsepsi dengan nilai (OR = 4,526) dibandingkan dengan pengetahuan (0,314).

Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa nilai signifikansi (ρ) menggunakan *Wilcoxon matched pairs* bahwa pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan konseling menggunakan *pop up book* sebesar 0,001, maka $P < 0,05$, Sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada pengaruh pemberian konseling dengan media *pop up book* terhadap pengetahuan tentang gizi prakonsepsi pada WUS di RSUD Kartini Karanganyar.

Saran

1. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan referensi dan masukan untuk Rumah Sakit guna meningkatkan pelayanan kesehatan, selain itu tenaga medis dapat melakukan tindakan promotif dan preventif seperti penyuluhan maupun konsultasi yang mendalam dan memastikan WUS mengerti akan pentingnya Gizi prakonsepsi pada wanita usia subur dengan harapan angka kematian ibu dan bayi dapat berkurang

2. Bagi Masyarakat dan keluarga

Diharapkan dapat menambah informasi serta wawasan tentang gizi prakonsepsi agar dapat mengetahui upaya pencegahan terjadinya angka kejadian anemia, KEK dan obesitas dengan harapan angka kematian ibu dan bayi dapat berkurang. Selain itu juga diharapkan agar memberikan perhatian kepada WUS dengan riwayat anemia, KEK dan obesitas dengan memberikan upaya kesehatan yang lebih optimal

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan jumlah sampel yang digunakan bisa lebih luas agar penelitian selanjutnya bisa lebih sempurna hasilnya

Daftar Pustaka

Akbar et al. (2021). *Teori Kesehatan Reproduksi*. Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zain

Adriani, M & Bambang, W. (2016). *Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Kencana

Aditianti, et al. (2020). *Meta Analisis: Pengaruh Anemia Ibu Hamil Terhadap Berat Bayi Lahir Rendah*. Jurnal Kesehatan Reproduksi

Afifah, et.al. (2022). *Buku Ajar Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Yogyakarta: Deepublish

Amanda, et.al. (2022). *Pendidikan Ilmu Gizi*. Bandung: CV. Media Sains Indonesia

Ayudia, et al. (2021). *Pengaruh Status Gizi Prakonsepsi Dengan Berat Badan Lahir Bayi Pada Ibu Bersalin DI Kota Padang*. Jurnal Kesehatan Medika Sainika.

Azizah, Yusnia Nur, dan Choirul Anna Nur Afifah. (2021). *Implementasi Kombinasi Media Komunikasi Online Dalam Pendidikan Gizi Prakonsepsi Generasi Milenial*. Jurnal Sehat Mandiri.

- ASEAN. (2020). *ASEAN Signs Trade in Services Agreement*. <https://asean.org/asean-signstrade-services-agreement-2>
- Baroditus Sobakhah Lutfiana, Afakhrul Masub Bachtiar. (2019). *Pengembangan Media Pop Up Book untuk Pembelajaran Membaca Puisi Kelas I SD*. JTIEE (Jurnal Pengajaran di Pendidikan Dasar) Vol. 3
- Damayanti, et al. (2022). *The Effect of Health Education with Pop – Up Book Media on Increasing Adolecent Knowledge Related to Premenstrual Syndrome*. Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan
- Dahlan, Sopiyyudin. (2016). *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan Edisi 6*. Jakarta: Salmba Medika
- Dinkes provinsi jawa tengah. (2019). *“rencana strategis dinas kesehatan provinsi jawa tengah tahun 2018-2023*). Renstra Dinkes
- Dinas Kabupaten Karanganyar. (2021). *Profil Kesehatan Kabupaten Karanganyar*
- Dieny, et al. (2019). *Gizi Prakonsepsi*. Jakarta: Bumi medika
- Fikawati S, et al. (2015). *Gizi Ibu dan Bayi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Hidayanti, et al. (2020). *Dampak Anemi Defisiensi Besi Pada Kehamilan : A Literature Review*
- Indriani Yaktiworo, et al. (2013). *Pola Makan Dan Tingkat Kecukupan Gizi Wanita Usia Subur Pada Rumah Tangga Miskin*. Seminar Nasional Sains & Teknologi V Lembaga Penelitian. Universitas Lampung
- Jones dalam Sutirna. (2013). *Bimbingan dan Konseling pendidikan Formal, Nonformal, dan Informal*. Yogyakarta: ANDI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia 2019*. Jakarta
- Lestari et al. (2016). *Peran bidan dan dukun bayi dalam perawatan ibu hamil di Wilayah Pesisir Kecamatan Abeli Kota Kedari*. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Halu Oleo.
- Mulyadi. (2016). *Bimbingan Konseling di Sekolah & Madrasah*. Jakarta: Prenada Media Group
- Ningtiyas, T., Setyosari, P., & Praherdiono, H. (2019). *Pengembangan Media Pop-Up Book Untuk Mata Pelajaran Ipa Bab Siklus Air Dan Peristiwa Alam Sebagai Penguatan Kognitif Siswa*.

- Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan
- Novitasary, et al. (2013). *Hubungan antara aktifitas fisik dengan obesitas pada wanita usia subur peserta jamkesmas di Puskesmas Wawonasa Kecamatan Singkil Manado*. Jurnal eBiomedik
- Notoatmodjo S. (2015). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi.4*. Jakarta : Salemba Medika.
- Nurlita, Teni. (2018). *Pengembangan Media Pembelajaran Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa*. Jakarta: Jurnal Misykat.
- Paratmanitya, et.al. (2021). *Assessing Preconception Nutrition Readiness among Women of Reproductive Age in Bantul, Indonesia: Findings from Baseline Data Analysis of a Cluster Randomized Trial*. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia* (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)
- Permenkes. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Menteri Kesehatan Republik Indonesia
- Pieter, Herri Zan. (2017). *Dasar-Dasar Komunikasi Bagi Perawat*. Jakarta: Kencana
- Raidanti, et al. (2022). *Efektivitas Penyuluhan Dengan Media Promosi Leaflet*. Malang: CV. Literasi Nusantara Abadi
- Sastroasmoro, Sudigdo & Ismael, Sofyan. (2014). *Dasar – Dasar Metodologi Penelitian Klinis Edisi ke-5*. Jakarta: Sagung Seto
- Septikasari, Majestika. (2018). *Status Gizi Anak Dan Faktor Yang Mempengaruhi*. Yogyakarta: UNY Press
- Sugiyono & Mita E. (2020). *Metode Penelitian Kesehatan*. Bandung: Alfabeta
- Sandhi, S. I., Lestari, K. D., & Kencana, U. B. (2021). *the Psychological Relations With the Relationship*. Jurnal Surya Muda
- Shofiyah, N., & Wulandari, F. E. (2017). *Pelatihan Pembuatan Pop Up Book Sebagai Media Pembelajaran Sains Bagi Guru Taman Kanak-Kanak*
- Solichah, L. A., & Mariana, N. (2018). *Pengaruh Media Pop Up Book Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Matematika Materi Bangun Datar Kelas Iv Sdn Wonoplintahan Ii Kecamatan Prambon*. Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar, 6(9), 1537–1547

Susilowati, Kuspriyanto. (2016). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Bandung. PT Refika Aditama.

Syamsari, et al. (2018). *Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Sanitasi Lingkungan Dengan Status Gizi Prakonsepsi Di Pulongbangkeng Utara Takalar*. JGMI: The Journal of Indonesian Community Nutrition

Wirenviona, et.al. (2021). *Kesehatan Reproduksi Dan Tumbuh Kembang Janin Sampai Lansia Pada Perempuan*. Surabaya: Airlangga University Press

Wijaksana, I Komang Evan. (2016). *Infectobesity dan Periodontitis: Hubungan Dua Arah Obesitas dan Penyakit Periodontal*. Odonto Dental jurnal

Wulandari, et al. (2018). *Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas*. Jurnal Keperawatan Silampari.

WHO. (2017). *Constitution of WHO: principles*.