

**PENGARUH EDUKASI MEDIA VIDEO GIZI SEIMBANG
TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG
GIZI SEIMBANG DI DESA JELOBO
KECAMATAN WONOSARI KABUPATEN KLATEN**

ABSTRAK

Candra Nurhayati¹, Desy Widyastutik², Hutari Puji Astuti³

Ibu hamil hendaknya seoptimal mungkin mencukupi kandungan gizinya sebab berperan krusial dalam menunjang tumbuh kembang janin semasa kehamilan. Tujuan penelitian ialah guna menganalisis pengaruh media video gizi seimbang terhadap tingkat pengetahuan dan perilaku ibu hamil di Desa Jelobo Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten. Penelitian berjenis kuantitatif, memakai metodologi pre-eksperimen disertai rancangan *One Group Pretest-Post test Design*. Sampel penelitiannya ialah 34 ibu hamil di Desa Jelobo Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten melalui teknik total sampling. Kuesioner dipakai guna memperoleh data, lantas data dianalisa univariat beserta bivariat memakai uji non parametrik yakni uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian memperlihatkan 1) Karakteristik ibu hamil di Desa Jelobo Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten ialah berumur 21-35 tahun, hamil Trimester II, ibu multigravida, berpendidikan SMA, beserta bekerja di sektor swasta selaku karyawan. 2) Nilai rerata pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang sebelum diberikan edukasi dengan media video ialah 14,47 (kurang), kemudian sesudah diberi edukasi bernilai rerata 17,26 (baik). 3) Terdapat pengaruh edukasi dengan media video terhadap pengetahuan tentang gizi seimbang pada ibu hamil Desa Jelobo Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten ($0,000 \leq 0,05$).

Kata kunci: edukasi, video, pengetahuan, gizi seimbang. Daftar Pustaka :

**THE EFFECTS OF VIDEO EDUCATION ON BALANCED NUTRITION
KNOWLEDGE AMONG PREGNANT WOMEN IN JELOBO VILLAGE,
INDONESIA**

ABSTRACT

Candra Nurhayati¹, Desy Widyastutik², Hutari Puji Astuti³

Pregnant women should have sufficient nutritional content because it plays a crucial role in supporting the growth and development of the fetus during pregnancy. The study investigated the impact of video-based education on balanced nutrition knowledge and dietary behaviors among pregnant women in Jelobo Village, Wonosari District, Klaten Regency. Using a one group pretest-posttest design and the pre-experimental method, this study used a quantitative methodology. Thirty-four pregnant women from Jelobo Village, Wonosari District, Klaten Regency, who were chosen by the complete sampling technique made up the research sample. Questionnaires were used to gather data, which were then subjected to univariate and bivariate analysis. The Wilcoxon Signed Rank test was operated as a data analysis technique. Pregnant women in Jelobo Village, Wonosari Subdistrict, Klaten Regency, tended to be multigravida moms, between the ages of 21 and 35, with a high school education, and employed in the private sector. In pre-video-based education, pregnant women's baseline knowledge about balanced nutrition generated an average score of 14.47 in the poor category. Following the video intervention, knowledge scores significantly improved to an average of 17.26, reflecting a transition to the good category. The video-based education media significantly enhances knowledge about balanced nutrition in pregnant women in Jelobo Village, Wonosari District, Klaten Regency (p-value = $0.000 \leq 0.05$).

Keywords: Education, Balanced Nutrition, Knowledge, Video

Bibliography: 49 references.

1. PENDAHULUAN –

Kurangnya gizi termasuk suatu kondisi yang erat kaitannya dengan permasalahan kesehatan beserta gizi di 1000 hari pertama kehidupan (1000 HPK), yakni ibu hamil, ibu menyusui, bayi baru lahir, beserta anak usia dua tahun (Bustan, 2016). 1000 hari pertama kehidupan seorang bayi termasuk masa sulit sebab apa pun yang terjadi pada mereka sifatnya permanen sekaligus tak bisa diubah. Tak hanya berdampak ke pertumbuhan fisik saja, pun berdampak ke perkembangan kecerdasan beserta mental. Ketika dewasa, bisa terlihat dari tak optimalnya fisik beserta tak kompetitifnya kualitas pekerjaan, sehingga mengakibatkan rendahnya produksi ekonomi (Bappenas, 2013).

Kekurangan gizi termasuk risiko yang dihadapi ibu hamil. Ibu hamil yang merasakan kekurangan energi secara berkepanjangan berisiko melahirkan bayi yang berat badannya kurang ataupun kematian ibu mendadak di masa perinatal. Ibu hamil disertai kondisi ini seringkali meninggal sebab pendarahan sehingga angka kematian ibu beserta bayi bisa naik (Masturah, 2013).

Ibu hamil yang menderita kurang energi kronis (KEK) cenderung mempunyai kesadaran rendah tentang gizi seimbang, kurang mampunya menyajikan makanan bergizi, sekaligus kurangnya pendidikan tentang perlunya makan makanan bergizi seimbang. Sebelum beserta selama mengandung, gizi ibu bisa berpengaruh dalam pertumbuhan janin yang sedang dikandung (Depkes dalam Masturah, 2013).

Pengetahuan tentang gizi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap status gizi seseorang. Sikap beserta tindakan seseorang dipengaruhi pengetahuan gizinya. Penerapan wawasan gizi di kehidupan sehari-hari dipengaruhi seberapa banyaknya pengetahuan gizi seseorang.

Makna lainnya yakni pengetahuan berperan mengubah sikap sekaligus tindakan terkait gizi guna menurunkan angka kejadian kekurangan gizi (Supariasa, 2014).

Tujuan pendidikan kesehatan ialah guna menumbuhkan pengetahuan beserta tindakan masyarakat terkait kesehatan sehingga bisa menunjang perilaku sehat (Fitriani, dalam Sari, 2017). Tujuan pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang ialah menaikkan kesadaran gizi, yang mendorong ibu hamil supaya meningkatkan asupan makanan yang tepat (Azria dan Husnah, 2015). Pengaruh dari ibu hamil yang berpengetahuan kurang yaitu meningkatnya kasus kematian terjadi pada ibu ataupun pada bayi yang dilahirkan dan juga keduanya (Apriliani, Nikmawati, dan Yulia, 2019).

Berdasarkan data Provinsi Jawa Barat 2020 ditemukan sebanyak 55.629 kasus ibu hamil mengalami KEK dari 27 Kabupaten beserta Kota Provinsi Jawa Barat. WHO mengungkapkan 35-75% ibu hamil di seluruh dunia menderita KEK. Dari data di Asia, 41% ibu hamil menderita KEK. Jumlahnya berkisar 15,3% di Thailand.

Di Indonesia, prevalensi KEK wanita usia subur (WUS) mencakup 33,5% ibu hamil kelompok umur 15-19 tahun beserta 36,3% yang tidak hamil; di kelompok umur 45–49 tahun mencakup 11,1% ibu hamil beserta 6% yang tidak hamil (Risikesdas, 2018). NAB yang diterapkan ialah 23,5 cm. Wanita yang tergolong KEK mempunyai lingkaran lengan atas < 23,5 cm (Andriani, 2015).

Penelitian yang dilakukan mengenai edukasi gizi melalui pembelajaran mempengaruhi adanya perubahan yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan. Penelitian Azria dan Husnah (2015) memperlihatkan terdapat perubahan signifikan pemberian penyuluhan gizi terhadap pengetahuan ibu hamil mengenai gizi seimbang balita Kota Banda Aceh. Penelitian Silalahi et al. (2016). Salah satu media yang digunakan yaitu video. Video termasuk satu dari sekian media yang dimanfaatkan. Teknik pengajarannya melalui proyeksi gambar bergerak yang meniru karakter objek aslinya (Fechera et al., 2012).

Video adalah media edukasi efisien yang dengan cepat menggugah banyak indera supaya memperoleh hasil terbaik. Video bisa diputar ulang berkali-kali tanpa perubahan konten. Penelitian yang dilakukan Sari (2019) menunjukkan adanya kelompok yang mendapat penyuluhan video memiliki pengetahuan yang lebih baik. Kelebihan media video antara lain; video bisa diputar kembali untuk mendapat lebih memahami materi, dapat cepat dan memudahkan dalam penyampaian pesan sehingga mudah untuk diingat (Sari, 2019). Media audio visual sendiri adalah media yang materinya dapat tersampaikan lewat penglihatan dan pendengaran bertujuan memotivasi kondisi pada ibu hamil untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan diyakini bisa menaikkan efektivitas inisiatif pendidikan melalui memfasilitasi pemahaman pelajaran supaya lebih mudah dimengerti masyarakat. Penelitian Herman (2020). Penelitian dilakukan oleh Ayeni beserta Herlinah (2019) menghasilkan adanya pengaruh signifikan pendidikan kesehatan dengan media video mengenai gizi seimbang terhadap pengetahuan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Desa Jelobo Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten melalui wawancara pada 8 ibu hamil, diketahui sejumlah 5 orang (62,5%) menyadari pentingnya gizi seimbang, dibanding 3 orang (37,5%) yang belum mengerti. Sejumlah 6 orang (75,0%) tak mengenali gejala kekurangan gizi, dibanding 2 orang (25,0%) yang mengenalinya. Ibu hamil menjauhi jenis makanan tertentu sekaligus tetap mengonsumsi makanan seperti biasa tanpa mempertimbangkan kandungan gizinya. Dari latar belakang tersebut, peneliti bertujuan menelaah pengaruh pendidikan kesehatan gizi melalui media video terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku gizi seimbang ibu hamil di Desa Jelobo Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini berjenis kuantitatif disertai metodologi eksperimen semu (*quasi-experiment*). Desain penelitian menerapkan rancangan *One Group Pretest-Post test Design*. Observasi dilaksanakan sejumlah dua kali yakni sebelum eksperimen (*pretest*) beserta sesudah eksperimen (*posttest*) pada subjek penelitian media melalui video. Sampel penelitian sejumlah 34 ibu hamil Desa Jelobo, kecamatan Wonosari, Kabupaten Klaten ditentukan memakai teknik *total sampling*. Instrumen berupa kuesioner. Data primer beserta sekunder dikumpulkan, lantas diolah melalui *editing, coding, tabulating* kemudian data dianalisa univariat beserta bivariatnya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1.1 Karakteristik Responden ibu hamil di Desa Jelobo Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten

Karakteristik ibu hamil dalam penelitian ini meliputi Usia ibu ,usia kehamilan , Jumlah Kehamilan, pendidikan , Pekerjaan . Deskripsi Responden di sajikan pada tabel 4.1 berikut ini

Tabel 4.1 Distribusi sampel Karakteristik ibu hamil di Desa Jelobo Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten

No	Karakteristik	f	%
1	Umur ibu hamil		
	< 20 tahun	0	0
	> 35 tahun	5	14,7
2	Usia Kehamilan		
	TM 1	8	23,5
	TM 2	16	47.1
	TM 3	10	29.4
3	Jumlah Kehamilan		
	Primigravida	9	26.5
	Multigravida	25	73,5
4	Pendidikan		
	SD	0	0,0
	SMP	9	26,5
	SMA	20	58.8
	S1	5	14,7
	Pekerjaan		
5	Petani	3	8.8
	Wiraswata	7	20.6
	PNS	2	5.9
	Karyawan	16	47.1
	IRT	6	17.6

Sumber : Data Primer diolah 2024
Tabel 4.1 memperlihatkan sebagian besar responden berumur 21-35 tahun

sejumlah 29 orang atau 85,3%. Untuk usia kehamilan mayoritas adalah Trimester 2 yaitu 16 orang atau 47,1%., Jumlah Kehamilan mayoritas adalah ibu hamil multigravida yaitu sebanyak 25 orang atau 73,5%., mayoritas ibu hamil yang menempuh pendidikan SMA berjumlah 20 orang atau 58,8%.dan Pekerjaan mayoritas responden adalah sebagai karyawan yaitu sebanyak 16 orang atau 47,1%.

4.1.2 Rata rata Tingkat Pengetahuan tentang gizi seimbang Sebelum dan Sesudah pemberian edukasi media video gizi seimbang di Desa jelobo Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten

Tabel 4.6 Rata rata Tingkat Pengetahuan tentang gizi seimbang Sebelum dan Sesudah pemberian edukasi media video gizi seimbang di Desa jelobo Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten

Tingkat pengetahuan	sebelum	%	sesudah	%
Kurang	3	8.8	0	0
Cukup	17	50	6	17.6

Sumber : Data Primer diolah 2024
Berdasarkan table 4.6 menunjukkan bahwa Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang di Desa Jelobo Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten sebelum diberikan edukasi media video dengan mayoritas tingkat pengetahuan cukup sejumlah 17 orang (50,0%), beserta sejumlah 28 orang (82,4%) sesudah dilaksanakan edukasi. Hasil ini memperlihatkan bahwa edukasi melalui video bisa menambah pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang di Desa Jelobo Kecamatan Wonosari KabupatenKlaten.

4.1.3 Pengaruh edukasi media video terhadap terhadap pengetahuan

ibu hamil tentang gizi seimbang di Desa Jelobo Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten

4.7 Tabel uji Bivariat pengaruh edukasi

video gizi seimbang

Pengetahuan	Rata-rata	Kategori	Peningkatan	Sigp value
Sebelum	14.47	Cukup	2,79	0.000
Sesudah	17.26	Baik		

Data primer diolah 2024

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa nilai rata-rata pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang sebelum diberikan edukasi media video ialah 14,47 (cukup) beserta 17,26 (baik) sesudah diberi edukasi. Sehingga dapat dikatakan bahwa pemberian edukasi dengan media video dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang di Desa Jelobo Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten. Berdasarkan hasil analisis memakai uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh *Asymp. Sig. 2 tailed* value 0,000 ($p \leq 0,05$) maka terdapat pengaruh edukasi dengan media video terhadap pengetahuan tentang gizi seimbang pada ibu hamil di Desa Jelobo, Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten

PEMBAHASAN

5.1 Karakteristik Responden

Hasil penelitian memperlihatkan sebagian besar responden berumur 21-35 tahun sejumlah 29 orang (85,3%). Usia hubungannya dengan pengetahuan berperan sebagai faktor intrinsik. Usia merupakan faktor yang mempengaruhi pengetahuan dan keterampilan seseorang untuk mengatasi masalah yang dihadapi. Umur berhubungan dengan struktur organ, fungsi reproduksi komposisi biokimiawi termasuk sistem hormonal wanita (Hasnani, 2019).

Mayoritas responden dalam penelitian ini adalah ibu hamil multigravida yakni sejumlah 25 orang (73,5%). Masa kehamilan ialah masa ibu membutuhkan

asupan nutrisi yang bergizi untuk pertumbuhan janin. Status gizi yang kurang dapat menyebabkan ketidakseimbangannya asupan gizi menyebabkan masalah gizi pada ibu hamil (Sari, Widiasih, dan Hendrawati, 2020). Responden selanjutnya yaitu 16 orang atau 47,1%. Trimester II umur kehamilan merupakan masa yang menentukan untuk perkembangan selanjutnya bagi ibu dan janin yang dikandungnya. Untuk responden ibu hamil berpendidikan SMA yaitu sebanyak 20 orang atau 58,8%. Tingkat pendidikan sangat penting dalam kemampuan penerimaan informasi gizi, semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin mudah menerima dan menerapkan informasi gizi dibandingkan dengan pendidikan yang lebih rendah.

Ibu hamil dalam penelitian ini mayoritas bekerja sebagai karyawan sejumlah 16 orang (47,1%). lingkungan pekerjaan juga dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman (Lestari, 2015).

5.2 Pengertian tentang Gizi Seimbang pada Ibu Hamil di Desa Jelobo Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten.

Dalam tabel Hasil penelitian menunjukkan hasil pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang di Desa Jelobo Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten sebelum dilaksanakan edukasi dengan media video yaitu tingkat pengetahuan kurang 3 orang (8,8%), tingkat pengetahuan cukup 17 orang (50,0%), tingkat pengetahuan baik 14 orang (41,2%). Setelah melakukan edukasi menggunakan media video, tidak ditemukan ibu hamil dengan tingkat pengetahuan kurang (0%), tingkat pengetahuan cukup 6 orang (17,6%), tingkat pengetahuan tinggi 28 orang (82,4%).

Perilaku kesehatan dimotivasi oleh pengetahuan gizi. dalam Konsumsi makanan seseorang dapat dipengaruhi oleh pengetahuan gizi, yaitu bagaimana memilih pangan yang sesuai, bervariasi, seimbang, dan tak menyebabkan penyakit. Bahaya yang tak dikehendaki bisa timbul sebab kurangnya pemahaman tentang gizi ataupun kelainan yang berhubungan dengan kehamilan. Menurut Apriliani, Nikmawati, dan Yulia (2019), ketidaktahuan ibu hamil bisa berakibat fatal bagi ibu ataupun bayi yang dikandungnya. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Yumaeroh dan Susanti (2019), mayoritas berpengetahuan kurang sebelum diberi edukasi melalui video sejumlah 48 (77,4%), kemudian sejumlah 39 (62,9%) sesudah diberi edukasi. Diberikannya informasi menyebabkan peningkatan pengetahuan responden.

Pengetahuan termasuk komponen krusial dari tindakan manusia, mencakup tahu (mengingat hal spesifik beserta penerimaan rangsangan), pemahaman (memaparkan objek yang dimengerti secara akurat), penerapan (memakai materi di situasi tepat), analisa (kapabilitas memecah objek menjadi bagian komponennya sekaligus tetap mempertahankan korelasinya), sintesis (kapabilitas menghubungkan objek tersebut), evaluasi (kapabilitas menilai materi ataupun objek) (Notoadmojo, 2012).

5.3 Pengaruh Edukasi Media Video Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Ibu Hamil di Desa Jelobo

Wonosari Kabupaten Klaten

Rerata pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang sebelum diberikan penyuluhan edukasi memakai media video ialah 14,47 (cukup) beserta 17,26 (baik) sesudah diberi edukasi. Dari hasil analisa uji Wilcoxon Signed Rank Test diperoleh Asymp. Sig. 2 tailed value 0,000 ($p \leq 0,05$).

Di Desa Jelobo, Kecamatan Wonosari, Kabupaten Klaten, terdapat pengaruh statistik terhadap pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi seimbang yang diberikan melalui penggunaan media video. Menurut Tisa et al. (2017), Suryani beserta Nadia (2021), dan Ayeni beserta Herlinah (2019), pemanfaatan video di pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap penambahan pengetahuan.

Pengetahuan pasien bisa ditingkatkan melalui penyuluhan kesehatan secara rutin sekaligus komprehensif oleh tenaga kesehatan. Penyuluhan ini dimaksudkan untuk meningkatkan kesadaran dan sikap masyarakat tentang kesehatan sehingga mereka dapat berperilaku sehat (Sari, 2017). Tujuan penyuluhan gizi, sebuah ide pemasaran pendidikan, ialah guna meningkatkan kesadaran masyarakat tentang gizi sekaligus memperbanyak pengetahuan mereka (Azria dan Husnah, 2015).

Dilakukan penelitian yang didukung oleh Ayeni dan Herlinah (2019) menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Johar Baru Jakarta Pusat tentang gizi seimbang memiliki dampak yang signifikan. Tiasa et al. (2017) menunjukkan bahwa penggunaan media audio visual (video) dalam pendidikan gizi berdampak pada pengetahuan beserta

sikap tentang gizi seimbang di Sekolah Dasar Sint Carolus Bengkulu. Video ialah media pengajaran yang bagus guna penyuluhan gizi. Terdapat beragam manfaat memakai media video, yakni efektif untuk target berjumlah banyak, mudah dipakai, tak perlu ruangan gelap, bisa ditangkap oleh mata beserta pikiran target, membolehkan diskusi tentang sikap beserta perilaku, sekaligus bisa diulangkembali (Tuzzahroh, 2015).

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan paparan tersebut tentang pengaruh video gizi seimbang terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil di desa jelobo adalah sebagai berikut Karakteristik responden di Desa jelobo Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten berdasarkan umur sebagian besar adalah ibu hamil berumur 21-35 tahun sejumlah 29 orang (85,3%). Berdasarkan deskripsi usia kehamilan paling banyak pada TM 2 yaitu 16 (47,1%). Selanjutnya deskripsi responden berdasarkan jumlah kehamilan mayoritas adalah multigravida yaitu 25 (73,5%). Berdasarkan pendidikan responden paling banyak dengan pendidikan SMA 20 (58,8%)

6.1.1 ibu hamil memiliki rata-rata nilai yang meningkat dari sebelumnya tentang gizi seimbang dari sebelum diberi penyuluhan edukasi lewat video ialah 14,47 (cukup) selanjutnya selepas diberikan edukasi hasilnya 17,26 (baik).

6.1.2 Edukasi media video berpengaruh terhadap pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang di Desa Jelobo Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten ($0,000 < 0,05$)

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Bagi Institusi Pendidikan Kebidanan

Temuan penelitian ini bisa dijadikan bahan kajian oleh institusi pendidikan kebidanan Indonesia guna memperluas pengetahuan kesehatan tentang gizi seimbang.

6.2.2 Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diyakini akan membantu tenaga kesehatan memberikan pendidikan gizi seimbang kepada ibu hamil dengan menggunakan media video.

6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti berikutnya hendaknya melaksanakan penelitian lanjutan dan mendalam sub tansi lain mengenai edukasi gizi seimbang dengan mempertimbangkan informasi tambahan.

6.2.4 Bagi Responden Penelitian

Diyakini responden yang terlibat bisa mempraktikkan pengetahuan yang sudah mereka peroleh melalui menyadari betapa pentingnya membuat pilihan makanan yang sehat sekaligus seimbang.

Daftar pustaka

Adawiyani. R. (2013). Pengaruh Pemberian Booklet Anemia Terhadap Pengetahuan, Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah Dan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil (Studi Kasus di Unit Rawat Jalan Rumkital Dr.Ramelan Surabaya). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* Vol.2 No.2 (2013)

Adventus, et al (2019). *Buku Ajar Promosi Kesehatan*. Jakarta: Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia

- Anesty, M. (2018). Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Media Video Terhadap Pengetahuan Siswa Dalam Pemilihan Jajanan Di Smp Muhammadiyah 10 Surakarta. *Journal of Materials Processing Technology*, 1(1), 1–8.
- Apriliani SL, Nikmawati EE, Yulia C. (2019) Pengetahuan Gizi Ibu Hamil Di Kecamatan Kertasari Kabupaten Bandung. *Media Pendidikan, Gizi, dan Kuliner*. 2019;8(2).
- Asmuji dan Indriyani, D. (2016). Model Family Centered Maternity Care Sebagai Strategi Optimalisasi Competent Mothering. *Jurnal Ners* Vol. 11 No. 1 April 2016: 17-28
- Ayeni dan Herlinah (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Tentang Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Kelompok Ibu Hamil Di Puskesmas Johar Baru Jakarta. *Jurnal Publikasi*. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Azria, C. R. dan Husnah. (2015) Pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan perilaku ibu tentang gizi seimbang balita Kota Banda Aceh. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 16(2), hal. 87–92.
- Bappenas (2013) *Kerangka Kebijakan Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi dalam Rangka 1000 Hari Pertama Kehidupan (Gerakan 1000)*. Jakarta: Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional RI.
- Budiman. (2011). *Penelitian Kesehatan*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Cediel G, Perez E, Gaitán D, Sarmiento OL, Gonzalez L. (2020). Association of all forms of malnutrition and socioeconomic status, educational level and ethnicity in Colombian children and non-pregnant women. *Public Health Nutrition*. 2020;23(S1):s51–8.
- Daryanto, H. (2013). *Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Dinas Kesehatan Jawa Tengah (2018). *Profil Kesehatan Jawa Tengah 2018*.
- Dinas Kesehatan Jawa Tengah (2021). *Profil Kesehatan Jawa Tengah 2020*.
- Fitriani, N.L., dan S. Andriyani. (2015). Hubungan Antara Pengetahuan dengan Sikap Anak Usia Sekolah Akhir (10-12 Tahun) Tentang Makanan Jajanan di SD Negeri II Tagog Apu Padalarang Kabupaten Bandung Barat Tahun 2015. *FIKES FPOK-UPI*.
- Fitriani, H. dan Achmad. (2017). Pengaruh Intervensi Relaksasi Otot Progresif terhadap *Dismenore Primer* pada Remaja. *Faletehan Health Journal* 4(3):2-151
- Fitriani,SD; Rizza, U; Rosmana, D; Rahmat, M; Mulyo, GPE. (2019). Penyuluhan Anemia Gizi Denganmedia Motion

- Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Tahun 2019 poltekkes Kemenkes Bandung* Volume 11 Nomor 1.
- Greenville Health System. (2013). *Family-Centered Maternity Care*. diakses di <http://www.ghswomens.org/family-centered-maternity-care.php>
- Hasnani, F. (2019). *Faktor yang Mempengaruhi Akseptor dalam Memilih Alat Kontrasepsi Suntik*. *Quality : Jurnal Kesehatan* Vol. 13 No. 1, Mei 2019 e ISSN 2655-2434 (online).
- Indriyani, D & Asmuji, (2016). *Edukasi Postnatal dengan Pendekatan Family Centered Maternity Care (FCMC)*. Yogyakarta: Trans Medika
- Indriyani, D (2013). *Keperawatan Maternitas: pada Area Perawatan Antenatal*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Istikhomah, H. (2018). Family Centered Maternity Care (FCMC) sebagai Salah Satu Upaya Skrining / Deteksi Dini Resiko Tinggi Ibu Hamil Berbasis Keluarga Di Desa Danguran. *Gemassika* Vol. 2 No. 1 Mei 2018
- Jayanti, ND dan Mayasari, SI. (2020). *FCMC Mobile Application Sebagai Metode Edukasi Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Di Masa Pandemi Covid-19*. *Conference on Innovation and Application of Science and Technology (CIASTECH 2020)* Universitas Widyagama Malang, 02 Desember 2020
- Kemenkes RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KIA, Jakarta
- Kemenkes RI. (2018) *Buku saku Nasional Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat Kementerian Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2020*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Kustandi, C dan Sutjipto, B. (2013). *Media Pembelajaran Manual dan Digital Edisi Kedua*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Lestari, D.D. (2015). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan dan SMS Reminder Terhadap Kepatuhan Ibu Hamil dalam Mengonsumsi Tablet Besi di Wilayah Kerja Puskesmas Pisangan Tahun 2015*. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah.
- Maryunani, Anik. (2015). *Asuhan Ibu Nifas Dan Asuhan Ibu Menyusui*. Jakarta : In Media.
- Maturah. (2013). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Ibu Hamil Pada Masa Kehamilan Yang Berkunjung Ke Puskesmas Meutulang Kecamatan Pantou Reu Kabupaten Aceh Barat*. Skripsi. Program Studi Ilmu

- Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Teuku Umar Meulaboh Aceh Barat
- Maulana, H. D. . (2014) *Promosi Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC. Nagari, PM; Savitri, OI; Putra, AH; Anggraeni, DS; Nugraha, AAS. (2021). Edukasi Kesehatan Melalui Video Sebagai Upaya Antisipasi Covid-19 di Desa Pandansari
- Lor. *Jurnal Pengabdian dan Peningkatan Mutu Masyarakat*, Vol. 2 No. 1, 60-65, 2021
- Ningrum, IC. (2014). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kemandirian Ibu Melakukan Bounding And Attachment Di RSUD Koja Jakarta Utara Tahun 2014. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jakarta
- Notoatmojo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pritasari, Damayanti, D. dan Lestari, N. tri (2017) *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
- Ristanti, AD dan Masita, ED (2020). Efektivitas Psikoedukasi Dan Family Centered Maternity Care Pada Ibu Postpartum. (*JPP*) *Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang* Vol. 15, No. 2, Desember 2020
- Sandra, F, et. al. (2018). *Gizi Ibu dan Bayi*. Depok : Rajawali Pers.
- Sari, I. P. P. (2017) Pengaruh Penyuluhan ASI Eksklusif Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Di Kelurahan Alur Dua Kecamatan Sei Lapan Kabupaten Langkat. Medan.
- Sari, L; Widiasih, R; dan Hendrawati. (2020). Gambaran Status Gizi Ibu Hamil Primigravida Dan Multigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Mulya Kabupaten Garut. *Jurnal Keperawatan Komprehensif* Vol. 6 No.2, Juli 2020: 121- 131
- Sastroasmoro, Sudigdo. (2011). *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: CV. Sagung Seto
- Silalahi V, Aritonang E, Ashar T. 2016. Potensi Pendidikan Gizi dalam Meningkatkan Asupan gizi pada Remaja Putri di Kota Medan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas>.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kombinasi*. Bandung: Alfabeta.
- Supriasa. (2014). *Penilaian Status Gizi (Edisi Revisi)*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Supriasa, I. D. N. (2014) *Pendidikan dan konsultasi gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Suryani dan Nadia. (2021). Peran Media Video Animasi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Gizi Ibu Hamil. *Nursing Care and Health Technology Journal* Volume 2 Nomor 1

Tarwoto & Wartonah. (2014). *Kebutuhan Dasar Manusia Keperawatan Edisi 4*. Jakarta. Salemba Medika.

Tisa, *et al* (2017). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Audio Visual (Video) Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Gizi Seimbang. *Jurnal Kesehatan* Published By Poltekkes Ternate, 13, (1), 2020, Pages, 19 – 24

Tuzzahroh, F. (2015). Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Dengan Media Video, Poster dan Permainan Kwartet Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Siswa Di SD. *INFOKES*, 3(3), 63–75.

Yanti, D.. (2017). Hubungan antara Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya dan Komplikasi Kehamilan Dengan Kepatuhan Kunjungan Diwilayah Tanah Sareal Bogor. *Jurnal Ilmiah Kesehatan* Volume 8 No. 1 Mei 2016 ISSN: 2302-1721

Yumaeroh, F; dan Susanti, D (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Video terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Personal Hygiene saat Menstruasi di SMPN 1 Gamping. *Media Ilmu Kesehatan* Vol. 8, No. 3, Desember 2019.

