ISSN (Cetak): 2776-8643, ISSN (Online): 2776-8627
Doi: 10.21776/ub.caringjpm.2024.004.03.3

EXPANDING PREGNANT WOMEN'S NUTRITION EDUCATION ACCESS VIA AN INTEGRATED MODEL

Widya Rahmawati[1]*, Mustika Dewi[2], Intan Yusuf Habibie[1], Ilmia Fahmi[1], Swasta Priambada[3]

[1]Departemen Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Brawijaya
[2]Departemen Kebidanan, Fakultas Kedokteran, Universitas Brawijaya
[3]Departemen Administrasi Bisnis, Fakultas Ilmu Administrasi Universitas Brawijaya
***e-mail:** wrahmawati.fk@ub.ac.id

Keywords:
Integrated Nutrition Education; Pregnant Women; Increasing Education Coverage

Abstract

Ensuring proper nutrition during pregnancy is essential for fetal development and maternal well-being. The aim of this community service is to provide an integrated nutrition education guide for health workers and pregnant women, along with interesting and accurate nutrition education media for pregnant women. This community service activity is carried out through several stages, including: 1) Situation analysis; 2) Development of educational materials such as an integrated nutrition education guide for health workers, a balanced nutrition guide for pregnant women, and nutrition education videos; 3) Delivery of nutrition education through classes for pregnant women, home visits, and YouTube videos. The results of this community service activity include 1) Preparation of an integrated nutrition education guide module; 2) Preparation of a nutrition guide for pregnant women; 3) Creation of a video series on nutrition education for pregnant women; 4) Implementation of nutrition education for pregnant women; 5) Increasing the knowledge of pregnant women regarding nutrition. Furthermore, this community service activity is integrated into the Nutrition Evaluation, Intervention, and Monitoring course, providing an off-campus experience for students. By using an integrated nutrition education model that combines various approaches and communication channels, it is hoped to increase the reach of nutrition education. This will ultimately enhance the knowledge, awareness, and eating habits of pregnant women to ensure optimal maternal and fetal health. In conclusion, by using an integrated nutrition education model that combines various approaches and communication channels, it is hoped that it can increase the reach of nutrition education, which ultimately increases the knowledge, awareness and eating habits of pregnant women to ensure optimal maternal and fetal health.

ISSN (Cetak): 2776-8643, ISSN (Online): 2776-8627
Doi: 10.21776/ub.caringjpm.2024.004.03.3

Kata Kunci:
Edukasi Gizi Terintegrasi; Ibu Hamil; Peningkatan Cakupan Edukasi

Abstrak

Memastikan gizi yang tepat selama kehamilan sangat penting untuk perkembangan janin dan kesejahteraan ibu. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah menyediakan panduan edukasi gizi terintegrasi bagi tenaga kesehatan, panduan gizi bagi ibu hamil, serta menyediakan media edukasi gizi yang menarik dan akurat bagi ibu hamil. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahap, diantaranya: 1) analisis situasi, 2) pengembangan materi pendidikan berupa panduan edukasi gizi terintegrasi untuk tenaga kesehatan, panduan gizi seimbang untuk ibu hamil, dan video edukasi gizi, 3) penyampaian pendidikan gizi melalui kelas ibu hamil, 2) kunjungan rumah, dan 3) YouTube. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini antara lain disusunnya modul panduan edukasi gizi terintegrasi, disusunnya panduan gizi untuk ibu hamil, dibuatnya video seri edukasi gizi ibu hamil, dilaksanakannya edukasi gizi kepada ibu hamil, serta peningkatan pengetahuan ibu hamil terkait gizi. Selain itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diintegrasikan ke dalam mata kuliah Intervensi dan Monitoring Evaluasi Gizi, sehingga memberikan pengalaman di luar kampus bagi mahasiswa. Sebagai kesimpulan, dengan menggunakan model pendidikan gizi terintegrasi yang menggabungkan berbagai pendekatan dan saluran komunikasi, diharapkan dapat meningkatkan jangkauan pendidikan gizi, yang pada akhirnya meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan kebiasaan makan ibu hamil untuk memastikan kesehatan ibu dan janin yang optimal.

.

ISSN (Cetak): 2776-8643, ISSN (Online): 2776-8627
Doi: 10.21776/ub.caringjpm.2024.004.03.3

A. PENDAHULUAN

Indonesia adalah salah satu negara yang mengalami tiga beban malnutrisi, yang diartikan sebagai kekurangan energi protein, kekurangan zat gizi mikro dan kegemukan/obesitas (Kemenkes RI, 2018; Meenakshi, 2016). Ketiga masalah gizi tersebut jika terjadi pada ibu hamil, baik secara sendiri-sendiri maupun bersama-sama, meningkatkan risiko berbagai komplikasi kesehatan bagi ibu dan anak (Black et al., 2013). Kegemukan dan obesitas, termasuk kelebihan penambahan berat badan selama kehamilan, berhubungan dengan kejadian bayi lahir prematur, berat badan lahir tinggi (>4 kg), persalinan dengan operasi, dan retensi berat badan pascapersalinan, yang pada akhirnya meningkatkan risiko penyakit tidak menular pada ibu dan anak (Dietz et al., 2006; Heslehurst et al., 2008). Kurangnya asupan gizi selama kehamilan menyebabkan kurangnya penambahan berat badan selama kehamilan, risiko berat badan lahir rendah, yang pada akhirnya dapat meningkatkan risiko stunting pada anak (Lassi et al., 2020; Salam, Das, & Bhutta, 2014; Yan, 2015). Selain itu, asupan gizi yang tidak adekuat dapat menyebabkan kekurangan zat gizi penting seperti zat besi, kalsium, yodium dan seng dan, yang selanjutnya dapat menimbulkan efek buruk pada status kesehatan ibu dan anak (Karakochuk, Whitfield, Green, & Kraemer, 2018; Koletzko et al., 2012).

Kabupaten Malang merupakan salah satu kabupaten di Jawa Timur yang memiliki prevalensi stunting lebih tinggi daripada prevalensi stunting nasional. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia dalam 5 tahun terakhir mengalami penurunan dari 30,8% pada tahun 2018 (Kemenkes RI, 2018) menurun menjadi 21,6% pada tahun 2022 (Kemenkes RI, 2023). Angka ini masih jauh dibandingkan target prevalensi stunting tahun 2024 sebesar 14%. Hasil SSGI juga menampilkan bahwa prevalensi stunting di wilayah Kabupaten Malang pada tahun 2022 masih sebesar 23%, masih lebih tinggi dari prevalensi stunting nasional (21,6%) dan prevalensi stunting di Jawa Timur (19,2%) (Kemenkes RI, 2023). Mengatasi gizi selama kehamilan sangat penting untuk mencegah masalah stunting di Indonesia (Aryastami et al., 2017). Oleh karena itu, program pendidikan gizi antenatal sangat penting untuk mengatasi masalah gizi kurang optimal selama kehamilan di Indonesia (Ota et al., 2015; Rokx, Subandoro, & Galagher, 2018). Pengembangan pendidikan gizi antenatal yang efektif membutuhkan pemahaman tentang praktik pendidikan gizi antenatal yang ada dan perilaku pencarian informasi ibu hamil (Bookari, Yeatman, & Williamson, 2017).

Penelitian kami sebelumnya menemukan adanya kebutuhan mendesak terkait penyediaan pendidikan gizi selama kehamilan dalam rangka meningkatkan status kesehatan ibu hamil dan mengurangi risiko tiga beban masalah gizi pada bayi dan ibu (Rahmawati et al., 2021). Untuk itu diperlukan pengembangan pedoman edukasi gizi untuk ibu hamil yang efektif dan terintegrasi untuk meningkatkan status gizi dan kesehatan ibu hamil di wilayah Malang. Kolaborasi lebih lanjut dan terintegrasi antara tenaga Kesehatan pemberi layanan antenatal (bidan, dokter kandungan), ahli gizi dan kader kesehatan sangat penting untuk mengoptimalkan sistem rujukan dan mengintegrasikan pemberian layanan edukasi gizi bagi ibu hamil di wilayah

ISSN (Cetak): 2776-8643, ISSN (Online): 2776-8627
Doi: 10.21776/ub.caringjpm.2024.004.03.3

Malang untuk memastikan semua ibu hamil mendapatkan edukasi gizi yang memadai dan memenuhi kebutuhan mereka.

Tujuan umum kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi gizi terintegrasi dalam rangka meningkatkan pengetahuan ibu hamil dengan berbagai latar belakang sosial ekonomi. Adapun tujuan khusus dari kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini adalah:

1) Mengembangkan panduan edukasi gizi terintegrasi bagi tenaga kesehatan.
2) Mengembangkan panduan gizi seimbang bagi ibu hamil yang lengkap, menarik dan mudah difahami.
3) Mengembangkan media edukasi gizi berbasis digital yang menarik.

Memberikan edukasi gizi terintegrasi melalui kelas ibu hamil, kunjungan rumah, dan YouTube dalam rangka meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang gizi.

B. METODE

a. Lokasi dan Partisipan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di wilayah Kecamatan Wagir, Kabupaten Malang. Kecamatan Wagir merupakan salah satu daerah dari 33 kecamatan di Kabupaten Malang. Kecamatan Wagir merupakan wilayah perbukitan yang berbatasan langsung dengan Kota Malang di sebelah utara dan timur (BPS, 2021).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari edukasi gizi yang dilaksanakan menggunakan tiga pendekatan. Pertama, edukasi gizi melalui kelas ibu hamil yang dilaksanakan di Desa Sidorahayu dan Mendalanwangi, Kecamatan Wagir, Kabupaten Malang. Partisipan utama kegiatan ini adalah ibu hamil di wilayah kedua desa. Yang kedua, edukasi gizi kepada ibu hamil dilakukan melalui kunjungan rumah ke 12 desa di Wilayah Kecamatan Wagir, Kabupaten Malang. Kegiatan edukasi gizi yang ketiga dilakukan melalui kanal YouTube Resmi Departemen Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Brawijaya. Target utama kegiatan edukasi ini adalah ibu hamil di wilayah Kecamatan Wagir, Kabupaten Malang.



Gambar 1 Lokasi Pengabdian kepada Masyarakat, Kecamatan Wagir, Kabupaten Malang

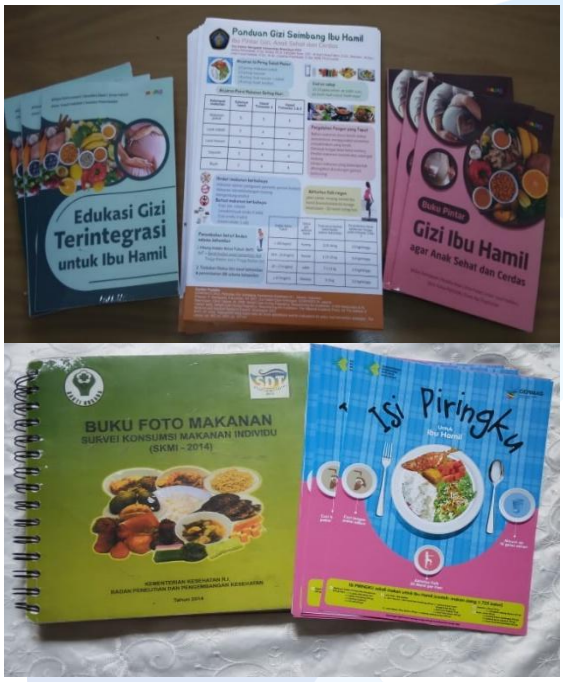
Bahan dan Alat

Bahan yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat antara lain:

1) Modul Edukasi Gizi Terintegrasi untuk Ibu Hamil (panduan bagi tenaga kesehatan) (Rahmawati et al., 2023)
2) Buku Pintar Gizi Ibu Hamil agar Anak Sehat dan Cerdas (panduan bagi ibu hamil) (Rahmawati et al., 2023)
3) Poster Panduan Gizi Seimbang bagi Ibu Hamil (Rahmawati et al., 2023)
4) Poster Isi Piringku untuk Ibu Hamil (Kemenkes RI, 2022)
5) Buku foto makanan (Kemenkes RI, 2014)

ISSN (Cetak): 2776-8643, ISSN (Online): 2776-8627
Doi: 10.21776/ub.caringjpm.2024.004.03.3

6) Lembar pretest dan postest
7) Ballpoint
8) Souvenir
9) Laptop
10) LCD proyektor
11) Soundsistem
12) Kamera



Gambar 2 Media Edukasi yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat

b. Metode Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini diawali dengan melakukan tahap perencanaan dan persiapan. Tim pengabdian kepada masyarakat (PKM) melakukan analisis situasi dengan mempelajari laporan survei gizi di wilayah pengabdian kepada masyarakat, serta melakukan koordinasi dengan ahli gizi puskesmas serta bidan wilayah pengabdian kepada masyarakat. Tim PKM selanjutnya mulai melakukan perencanaan dengan mempersiapkan 2 modul, 10 video edukasi, 1 poster edukasi, 2 slide edukasi, soal pretest dan postest, serta perlengkapan pendukung seperti alat tulis, daftar hadir, banner, souvenir dan konsumsi.

Dua modul edukasi yang dibuat meliputi Modul Edukasi Gizi Terintegrasi untuk Ibu Hamil (panduan bagi tenaga kesehatan) (Widya Rahmawati, Dewi, Fahmi, Habibie, Priambada, et al., 2023) dan Buku Pintar Gizi Ibu Hamil agar Anak Sehat dan Cerdas (panduan bagi ibu hamil) (Widya Rahmawati, Dewi, Fahmi, Habibie, Masfufah, et al., 2023). Sepuluh video edukasi yang telah dibuat meliputi video: 1) Mengapa gizi penting untuk ibu?; 2) Memastikan kecukupan gizi Ibu selama hamil; 3) Jenis makanan yang diperlukan oleh ibu hamil; 4) Porsi dan frekuensi makan anjuran ibu hamil; 5) Suplemen untuk Ibu Hamil; 6) Tips mengatasi masalah gizi ibu hamil; 7) Akfitivas fisik selama kehamilan; 8) ASI dan ASI Eksklusif; 9) Pemberian makanan bayi dan anak; 10) Gizi untuk ibu menyusui. Poster yang telah disusun adalah Panduan Gizi Seimbang bagi ibu hamil.

Tujuan dilakukan berbagai macam media ini adalah untuk meningkatkan cakupan edukasi gizi untuk ibu hamil. Modul edukasi gizi terintegrasi untuk panduan tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan pemahaman tenaga kesehatan terkait pentingnya pendekatan terintegrasi untuk pemberian edukasi gizi ibu hamil. Buku pintar gizi ibu hamil disusun agar menjadi panduan bagi ibu hamil tentang bagaimana merencanakan dan menyusun panduan gizi seimbang agar gizi ibu optimal dan pertumbuhan dan perkembangan janin serta kesehatan ibu dan anak menjadi optimal. Pada awal dan akhir kegiatan edukasi dilakukan pretest

ISSN (Cetak): 2776-8643, ISSN (Online): 2776-8627
Doi: 10.21776/ub.caringjpm.2024.004.03.3

dan posttest untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu hamil terkait gizi untuk ibu hamil. Materi yang ada di dalam modul selanjutnya disampaikan menjadi 10 video edukasi yang diupload melalui YouTube official Departemen Gizi FIKES UB dengan harapan dapat diakses oleh audiens yang lebih luas.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi gizi dilakukan dengan menggunakan tiga pendekatan, yaitu melalui kelas ibu hamil, melalui kunjungan rumah, dan melalui YouTube.

Kegiatan 1. Edukasi Gizi melalui Kelas Ibu Hamil

Kegiatan edukasi gizi yang pertama kali dilakukan dua kali. Edukasi gizi melalui kelas ibu hamil yang pertama dilaksanakan di rumah Kader Posyandu, Desa Desa Sidorahayu, Kecamatan Wagir, Kabupaten Malang pada 30 Agustus 2023. Kegiatan ini dihadiri 6 orang ibu hamil, kader Posyandu dan bidan desa. Edukasi gizi melalui kelas ibu hamil yang kedua dilaksanakan di Balai Desa Mendalanwangi, Kecamatan Wagir, Kabupaten Malang, pada tanggal 21 Oktober 2023. Kegiatan ini dihadiri oleh 16 ibu hamil, kader Posyandu, bidan desa, perawat desa dan ahli gizi Puskesmas.

Terdapat dua materi edukasi yang disampaikan pada kelas ibu hamil tersebut. Materi yang pertama adalah Pencegahan Stunting pada 1000 Hari Pertama Kehidupan, meliputi pentingnnya pemenuhan gizi dan tablet tambah darah selama kehamilan, persalinan dibantu dokter atau bidan ahli, inisiasi menyusu dini, asi eksklusif, suplementasi vitamin A dan imunisasi lengkap sesuai umur, rutin memantau pertumbuhan balita di Posyandu, serta penerapan perilaku hidup bersih dan sehat. Adapun materi kedua adalah Pedoman Gizi Seimbang untuk Ibu Hamil yang meliputi topik pentingnya konsumsi makanan yang bergizi dan beranekaragam, pentingnya konsumsi cairan yang cukup, Pengolahan makan yang baik untuk ibu hamil, makanan yang berbahaya yang perlu dihindari dan dibatasi selama kehamilan, anjuran aktivitas fisik serta anjuran penambahan berat badan selama kehamilan.



Gambar 3. Kegiatan edukasi gizi melalui kelas ibu hamil di Desa Sidorahayu, Wagir, Kabupaten Malang

Edukasi gizi melalui kelas ibu hamil disukai oleh ibu hamil dikarenakan ini merupakan kesempatan memperoleh informasi gizi yang terpercaya dan merupakan kesempatan bersosialisasi dengan ibu hamil yang lain dan sharing pengalaman (Rahmawati et al., 2021).

ISSN (Cetak): 2776-8643, ISSN (Online): 2776-8627
Doi: 10.21776/ub.caringjpm.2024.004.03.3

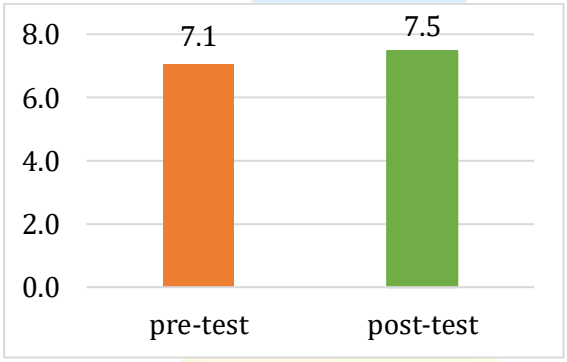
Akan tetapi terkadang sebagian ibu hamil tidak bisa menghadiri kelas ibu hamil dikarenakan berbagai kendala, termasuk transportasi dan waktu (Rahmawati et al., 2021).



Gambar 4. Kegiatan edukasi gizi melalui kelas ibu hamil di Desa Mendalanwangi, Wagir, Kabupaten Malang

Sebelum dan sesudah edukasi gizi dilakukan pre-test dan post-test. Pertanyaan pre-test dan post-test yang ditanyakan meliputi: 1) frekuensi dan porsi makan ibu hamil, 2) makanan yang harus dihindari ibu hamil, 3) pengolahan makanan yang tepat untuk ibu hamil, 4) penambahan berat badan selama kehamilan, dan 5) aktivitas fisik yang dianjurkan selama kehamilan.

Hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan rata-rata skor pengetahuan ibu hamil dari 7,1 ± 2,3 menjadi 7,5 ± 0,9. Peningkatan pengetahuan setelah dilakukan edukasi gizi melalui kelas ibu hamil ini selaras dengan kegiatan edukasi yang dilakukan oleh Darmayanti and Endarwati (2020) dan Ekayanthi and Suryani (2019). Kelas ibu hamil dinilai efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu terkait gizi, dan harapannya dapat diimplementasikan dalam pola makan sehari-hari (Ekayanthi & Suryani, 2019). Ibu hamil yang menghadiri kegiatan kelas ibu hamil ini diberi poster dan buku panduan gizi untuk ibu hamil yang bisa dibaca lebih lanjut. Lebih jauh lagi, ibu hamil peserta kegiatan edukasi ini antusias mengikuti kegiatan edukasi gizi ini dan mengharapkan edukasi ini bisa dilaksanakan lebih sering lagi.



Gambar 5. Rata-rata skor pre-test dan post-test peserta sebelum dan sesudah menerima edukasi gizi melalui kelas ibu hamil

Kegiatan 2. Edukasi Gizi melalui Kunjungan Rumah

Pendekatan edukasi gizi yang kedua dilaksanakan melalui kegiatan kunjungan rumah. Kegiatan ini merupakan integrasi kegiatan pengabdian kepada Masyarakat dengan kegiatan praktik Mahasiswa Program Studi Sarjana Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Brawijaya,

ISSN (Cetak): 2776-8643, ISSN (Online): 2776-8627
Doi: 10.21776/ub.caringjpm.2024.004.03.3

khususnya Mata Kuliah Intervensi dan Monitoring Evaluasi Gizi Masyarakat di 12 desa Kecamatan Wagir. Total ibu hamil yang dikunjungi dan memperoleh edukasi gizi sebanyak 178 ibu hamil.

Materi yang disampaikan dalam kegiatan edukasi gizi melalui kunjungan rumah ini meliputi: anjuran komposisi makanan dalam sekali makan (isi piringu); anjuran porsi makanan setiap hari selama kehamilan; makanan berbahaya yang perlu dihindari dan dibatasi selama kehamilan; pentingnya konsumsi cairan yang cukup; pengolahan makan yang tepat; penambahan berat badan anjuran selama kehamilan; serta aktivitas fisik yang dianjurkan selama kehamilan.



Gambar 6. Kegiatan edukasi gizi kepada ibu hamil melalui kunjungan rumah

Edukasi gizi melalui kunjungan rumah disukai oleh sebagian ibu hamil mengingat hal ini memudahkan ibu hamil karena tidak perlu ke luar rumah untuk mengunjungi fasilitas kesehatan atau mengakses internet untuk memperoleh edukasi gizi (Rahmawati et al., 2021). Akan tetapu, edukasi gizi melalui kunjungan rumah juga jarang bisa dilakukan oleh petugas kesehatan dikarenakan terbatasnya jumlah tenaga kesehatan khususnya ahli gizi yang bertugas di masing-masing Puskesmas (Rahmawati et al., 2021).

Edukasi gizi melalui kunjungan rumah ini menggunakan media edukasi berupa poster pedoman gizi untuk ibu hamil (Rahmawati et al., 2023) dan buku foto makanan (Kemenkes RI, 2014). Pada akhir sesi kunjungan, ibu hamil diberi poster dan buku panduan gizi untuk ibu hamil (Rahmawati et al., 2023) yang bisa dibaca kembali secara mandiri. Pemberian edukasi melalui media poster, selaras dengan pemberian edukasi melalui media leaflet yang terbukti mampu mendukung peningkatan pengetahuan ibu mengenai gizi (Elmika, Simbolon, & Yuliantini, 2018). Buku sebagai media edukasi gizi, selaras dengan booklet, dapat berfungsi sebagai pengingat bagi peserta edukasi terkait materi edukasi yang diberikan (Putri et al., 2021). Informasi yang ada di dalam media edukasi buku atau booklet dapat membantu responden mengingat informasi yang diberikan sebanyak 60% (Notoatmodjo, 2012; Putri et al., 2021).

Secara umum, ibu hamil peserta edukasi gizi melalui kunjungan rumah merasa puas dengan kegiatan ini karena memperoleh peningkatan pengetahuan dan kesempatan untuk berkonsultasi terkait masalah gizi untuk ibu hamil.

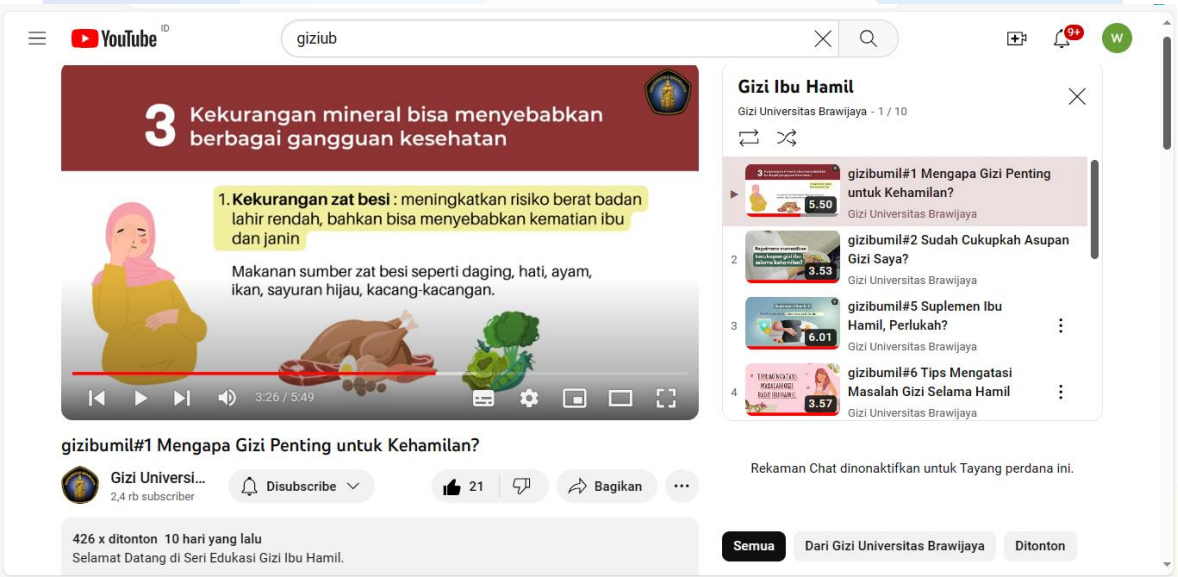
ISSN (Cetak): 2776-8643, ISSN (Online): 2776-8627
Doi: 10.21776/ub.caringjpm.2024.004.03.3



Gambar 7 Kegiatan edukasi gizi kepada ibu hamil melalui kunjungan rumah

Kegiatan 3. Edukasi Gizi melalui YouTube

Pendekatan edukasi yang ketiga dilaksanakan adalah melalui YouTube Resmi Departemen Gizi FIKES UB (@giziub). Seri Edukasi ini terdiri dari 10 buah video edukasi yang terdiri dari: 1) Mengapa gizi penting untuk ibu? 2) Memastikan kecukupan gizi Ibu selama hamil; 3) Jenis makanan yang diperlukan oleh ibu hamil; 4) Porsi dan frekuensi makan anjuran ibu hamil; 5) Suplemen untuk Ibu Hamil; 6) Tips mengatasi masalah gizi ibu hamil; 7) Akfitivas fisik selama kehamilan; 8) ASI dan ASI Eksklusif; 9) Pemberian makanan bayi dan anak; 10) Gizi untuk ibu menyusui. Pada hari ke-10 setelah penayangan, video edukasi ini sudah ditonton lebih dari 425 kali.



Gambar 8. Tampilan video edukasi gizi melalui kanal YouTube (@giziub)

Tingginya jumlah akses ini menunjukkan jangkauan edukasi gizi melalui YouTube jauh lebih luas dibandingkan dengan pendekatan tradisional seperti kelas ibu hamil dan kunjungan rumah. Edukasi gizi melalui media digital ini juga dapat dilakukan mengingat keterbatasan tenaga dan waktu konsultasi yang dapat dilakukan oleh ahli gizi selama jam pelayanan di Puskesmas atau fasilitas kesehatan yang lain (Rahmawati et al., 2021).

Edukasi gizi melalui video ini juga bermanfaat untuk meningkatkan

ISSN (Cetak): 2776-8643, ISSN (Online): 2776-8627
Doi: 10.21776/ub.caringjpm.2024.004.03.3

pengetahuan gizi ibu hamil secara efektif (Elsanti & Sumarmi, 2023; Ermiati & Koeryaman, 2021). Ibu hamil dapat mengakses video dari YouTube kapan pun dan dari mana saja selama ada akses internet, serta dapat dilakukan ketika ibu berhalangan menghadiri kelas ibu hamil (Elsanti & Sumarmi, 2023). Lebih lanjut, ibu dapat mengakses edukasi dalam keadaan yang paling nyaman tanpa harus ke luar rumah (Ermiati & Koeryaman, 2021).

D. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan merancang panduan edukasi gizi terintegrasi untuk tenaga kesehatan, panduan gizi seimbang untuk ibu hamil, serta pembuatan video edukasi gizi. Kegiatan edukasi gizi dilakukan melalui tiga pendekatan, yaitu melalui kelas ibu hamil, melalui kunjungan rumah, dan melalui kanal YouTube. Setiap pendekatan edukasi gizi memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Dengan menggunakan model edukasi gizi yang mengkombinasikan beberapa metode pendekatan dan media komunikasi, PKM ini diharapkan dapat meningkatkan cakupan pemberian edukasi gizi dalam rangka meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan perilaku makan ibu hamil agar kesehatan ibu dan janin menjadi optimal.

E. UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan ini didanai oleh Hibah Doktor Mengabdi LPPM UB Tahun 2023. Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada Kepala Puskesmas Wagir beserta jajaran; kepada para Bidan Wilayah, Kader Posyandu dan masyarakat di Kecamatan Wagir; Kepada tim pendukung: Vena Aulisa Masfufah, S.Gz., Andrini Naomi Larasati, S.Gz. dan Diyah Ayu Puspitasari, S.Gz.; Mahasiswa PS S1 Ilmu Gizi FIKES UB yang melaksanakan praktik di 12 desa wilayah Kecamatan Wagir, khususnya kelompok sasaran ibu hamil: Airin, Annisa Rimadani Hollyani, Azzahra Nazifa, Bunga Cantika Ariesta, Della Pradyantidewi Mahari, Dhea Octavia, Dwi Astuti Aprilina, Fanny Fauri Salsabillah Surya, Hana Raniza Jasmine, Irnia Azzahra Putri, Isma Rosida Nurali, dan Saffa Adhia Putri; serta seluruh pihak yang turut mendukung rangkaian pengabdian kepada masyarakat yang tidak dapat kami sebutkan satu per satu.

F. REFERENSI

Aryastami, N. K., Shankar, A., Kusumawardani, N., Besral, B., Jahari, A. B., & Achadi, E. (2017). Low birth weight was the most dominant predictor associated with stunting among children aged 12–23 months in Indonesia. *BMC Nutr, 3*(16), 1-6. doi:10.1186/s40795-017-0130-x

Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., de Onis, M., . . . Uauy, R. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet, 382*(9890), 427-451. doi: 10.1016/s0140-6736(13)60937-x

Bookari, K., Yeatman, H., & Williamson, M. (2017). Informing nutrition care in the antenatal period: pregnant women's experiences and need for support. *BioMed Research International,* 4856527. doi: 10.1155/2017/4856527

BPS. (2021). *Kecamatan Wagir Dalam Angka 2021*. Retrieved from Kabupaten Malang:

ISSN (Cetak): 2776-8643, ISSN (Online): 2776-8627
Doi: 10.21776/ub.caringjpm.2024.004.03.3

https://malangkab.bps.go.id/id/publication/2021/09/24/5e851af2dfe23560d8e0cdbb/kecamatan-wagir-dalam-angka-2021.html

Darmayanti, R., & Endarwati, S. (2020). Perbedaan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Kebutuhan Gizi Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Penyuluhan (Differences of Knowledge about Nutritional Needs Among Pregnant Women Before and After Counseling). *Jurnal Kebidanan, 9*(2), 78-83.

Dietz, P. M., Callaghan, W. M., Cogswell, M. E., Morrow, B., Ferre, C., & Schieve, L. A. (2006). Combined effects of prepregnancy body mass index and weight gain during pregnancy on the risk of preterm delivery. *Epidemiology, 17*(2), 170-177. doi:10.1097/01.ede.0000198470.26932.9a

Ekayanthi, N. W. D., & Suryani, P. (2019). Edukasi Gizi pada Ibu Hamil Mencegah Stunting pada Kelas Ibu Hamil (Nutrition Education to Prevent Stunting for Pregnant Women in Pregnancy Classess). *Jurnal Kesehatan, 10*(3), 312-320.

Elmika, R., Simbolon, D., & Yuliantini, E. (2018). Edukasi Gizi dengan CAMIL Sama Efektif dengan Leaflet dalam Prilaku Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil (Nutritional Education Using Disk Media (Cakram) is as Effective as Leaflets in Preventing Anemic Behavior in Pregnant Women). *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan, 6*(1), 82-93.

Elsanti, D., & Sumarmi, S. (2023). Pengaruh Pemberian Edukasi Video Audio Visual Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Asupan Gizi Di Desa Sokaraja Lor (The Effect of Providing Audio-Visual Video Education on Pregnant Women's Knowledge About Nutritional Intake in Sokaraja Lor Village). *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing), 9*(1), 111-118.

Ermiati, A. D. P., & Koeryaman, M. T. (2021). The Effect of Health Education Using Video and Leaflet on The Pregnant Women's Knowledge about Preeclampsia. *Journal of Nutrition College (JNC), 4*(1), 229-236.

Heslehurst, N., Simpson, H., Ells, L. J., Rankin, J., Wilkinson, J., Lang, R., . . . Summerbell, C. D. (2008). The impact of maternal BMI status on pregnancy outcomes with immediate short-term obstetric resource implications: a meta-analysis. *Obes Rev, 9*(6), 635-683. doi:10.1111/j.1467-789X.2008.00511.x

Karakochuk, C., Whitfield, K., Green, T., & Kraemer, K. (2018). *The Biology of the First 1,000 Days*. New York: CRC Press.

Kemenkes RI. (2014). *Buku Foto Makanan Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI-2014)*. Jakarta: Kemenkes RI.

Kemenkes RI. (2018). *Laporan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Nasional 2018 (National report of Basic Health Research 2018)*. Retrieved from Jakarta: https://archive.org/details/LaporanRiskesdas2018NasionalPromkes.net

Kemenkes RI. (2022). Isi Piringku Ibu Hamil. In K. RI (Ed.). Jakarta: Kemenkes RI.

Koletzko, B., Brands, B., Poston, L., Godfrey, K., Demmelmair, H., & Early Nutrition, P. (2012). Early

ISSN (Cetak): 2776-8643, ISSN (Online): 2776-8627
Doi: 10.21776/ub.caringjpm.2024.004.03.3

nutrition programming of long-term health. *Proc Nutr Soc, 71*(3), 371-378. doi:10.1017/S0029665112000596

Lassi, Z. S., Kedzior, S. G., Tariq, W., Jadoon, Y., Das, J. K., & Bhutta, Z. A. (2020). Effects of Preconception Care and Periconception Interventions on Maternal Nutritional Status and Birth Outcomes in Low- and Middle-Income Countries: A Systematic Review. *Nutrients, 12*(3), 606. doi: https://doi.org/10.3390/nu12030606.

Meenakshi, J. V. (2016). Trends and patterns in the triple burden of malnutrition in India. *Agricultural Economics, 47*(S1), 115-134. doi:10.1111/agec.12304

Notoatmodjo, S. (2012). *Notoatmodjo, S. (2012). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan (Edisi Revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta.

Ota, E., Hori, H., Mori, R., Tobe-Gai, R., & Farrar, D. (2015). *Antenatal dietary education and supplementation to increase energy and protein intake (Review)*. Retrieved from The United States: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26031211/

Putri, P. H., Ainani, F. N. N., Yuliani, K., Sunaryo, M., & Puspitasari, P. (2021). Edukasi Dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Gizi Prakonsepsi, Sikap dan Asupan Zat Gizi Makro Wanita Pranikah [Education with Booklet Media on Preconceptional Nutrition Knowledge, Attitudes and Intake of Macronutrients for Prospective Brides]. *Preventia: Indonesian Journal of Public Health, 6*(2), 88-96.

Rahmawati, W., Dewi, M., Fahmi, I., Habibie, I. Y., Masfufah, V. A., & Puspitasari, D. A. (2023). *Buku Pintar Gizi Ibu Hamil agar Anak Sehat dan Cerdas*. Malang: Madza Media.

Rahmawati, W., Dewi, M., Fahmi, I., Habibie, I. Y., & Priambada, S. (2023). Panduan Gizi Seimbang Ibu Hamil: Ibu Pintar, Anak Sehat dan Cerdas. In U. Brawijaya (Ed.). Malang.

Rahmawati, W., Dewi, M., Fahmi, I., Habibie, I. Y., Priambada, S., Masfufah, V. A., & Puspitasari, D. A. (2023). *Edukasi Gizi Terintegrasi untuk Ibu Hamil (panduan bagi tenaga kesehatan)*. Malang: Madza Media.

Rahmawati, W., van der Pligt, P., Willcox, J. C., & Worsley, A. (2021). Sources of nutrition information for Indonesian women during pregnancy: how is information sought and provided? *Public Health Nutrition, 24*(12), 3859–3869. doi:10.1017/S1368980021002317

Rahmawati, W., van der Pligt, P., Worsley, A., & Willcox, J. C. (2021). Indonesian antenatal nutrition education: A qualitative study of healthcare professional views. *Women's Health, 17*(1-7). doi:10.1177/17455065211066077

Rahmawati, W., Willcox, J. C., van der Pligt, P., & Worsley, A. (2020). Indonesian women's views on health providers' nutrition advice during pregnancy. *Proceedings of the Nutrition Society, 79*(OCE3). doi:https:///doi.org/10.1017/s0029665120007636

ISSN (Cetak): 2776-8643, ISSN (Online): 2776-8627
Doi: 10.21776/ub.caringjpm.2024.004.03.3

Rahmawati, W., Willcox, J. C., van der Pligt, P., & Worsley, A. (2021). Nutrition information-seeking behaviour of Indonesian pregnant women. *Midwifery, 100*(103040), 1-7. doi:10.1016/j.midw.2021.103040

Rokx, C., Subandoro, A., & Galagher, P. (2018). *Aiming high: Indonesia's ambition to reduce stunting*. Retrieved from Washington DC:

Salam, R. A., Das, J. K., & Bhutta, Z. A. (2014). Impact of intrauterine growth restriction on long-term health. *Curr Opin Clin Nutr Metab Care, 17*(3), 249-254. doi:10.1097/MCO.0000000000000051

Yan, J. (2015). Maternal pre-pregnancy BMI, gestational weight gain, and infant birth weight: A within-family analysis in the United States. *Econ Hum Biol, 18*, 1-12. doi:10.1016/j.ehb.2015.03.002