Pengaruh Penggunaan Media Video Berbasis Hbm terhadap Persepsi tentang Asupan Gizi Seimbang pada Wus di Wilayah Kerja Puskesmas Jember Kidul

Anggraeni Essa Puspito Ningtyas*[1], Syaiful Bachri[2], Jamhariyah[3]
Jurusan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang[1,2,3]
*e-mail:anggraeni_p17331204049@poltekkes-malang.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang : Kurangnya asupan gizi seimbang dapat berdampak pada kesehatan yakni dapat mengalami gangguan Kekurangan Energi Kronik (KEK). Dimana gangguan tersebut berdampak pada kesehatan WUS saat masa kehamilan. Kerucut pengalaman Edgar Dale dianut secara luas untuk menentukan alat bantu atau media yang sesuai. Tujuan : menganalisa pengaruh media video berbasis HBM terhadap persepsi tentang asupan gizi seimbang pada WUS di wilayah kerja Puskesmas Jember Kidul. Metode yang digunakan adalah strategi sampel komprehensif dengan total tiga puluh responden. Sesuai dengan teori model kepercayaan Heilt, kuesioner persepsi adalah alat yang digunakan. Analisis data dengan metode *Uji-T Independen*. Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat sedikit variasi nilai rata-rata persepsi WUS antara mereka yang menerima media video dan mereka yang tidak menerima, yaitu masing-masing sebesar 43,46% dan 42,00%. Berdasarkan hasil uji t-test independen yang memiliki nilai p sebesar 0,278≥0,05 dan 0,279≥0,05, maka H0 diterima dan Ha ditolak, yang menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh media video berbasis HBM terhadap pandangan tentang pola makan seimbang di wilayah kerja Puskesmas Jember Kidul. Kesimpulan : Pemahaman tentang gizi seimbang pada WUS tidak terpengaruh oleh penggunaan media video berbasis HBM. Untuk mewujudkan generasi yang lebih sehat dan sukses, diharapkan WUS dan keluarga mendapatkan penyuluhan tentang pentingnya mengonsumsi gizi seimbang untuk mencegah terjadinya Kekurangan Energi Kronis (KEK).

Kata kunci : *media video, persepsi, asupan gizi seimbang*

ABSTRACT

Introduction** : Lack of balanced nutritional intake can have an impact on health, namely being able to experience Chronic Energy Deficiency (CHD) disorders. Where these disorders have an impact on the health of WUS during pregnancy. Edgar Dale's cone of experience is widely adopted to determine appropriate tools or media. Purpose : to analyze the effect of HBM-based video media on perceptions of balanced nutritional intake in WUS in the Jember Kidul Puskesmas work area.* ***Method: *The method used is a comprehensive sample strategy with a total of thirty respondents. In accordance with the Heilt trust model theory, the perception questionnaire is the tool used. Data analysis using the Independent T-Test method..* ***Result*** *: The study's findings indicate that there is little variation in the mean value of WUS perceptions between those who receive video media and those who do not, at 43.46% and 42.00%, respectively. Based on the results of the independent t-test test, which had p-values of.278≥0.05 and.279≥0.05, H0 is accepted and Ha is rejected, indicating that there is no impact of HBM-based video media on views of a balanced diet in the Jember Kidul Health Center's work area.* ***Discuss and Conclusion*** *: The notion of balanced diet in WUS remains unaffected by the usage of HBM-based video media. In order to develop a healthier and more successful generation, it is anticipated that WUS and families would get instruction regarding the significance of eating a balanced dietary intake to prevent the occurrence of Chronic Energy Deficiency (CHD).*

Keywords : *Alphabetically sorted; Capitalized first word; From a to z; Maximum 5 keywords; Separate by semicolon (;) between keyword video media, perception, balanced nutrition intake*

**Korespondensi Author : Syaiful Bachri, Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Malang, bachrisyaiful501@gmail.com, 081335634836.*

PENDAHULUAN

WUS harus makan dalam jumlah dan proporsi yang bervariasi untuk mempertahankan status gizi yang sehat. Selain itu, WUS harus makan lebih banyak makanan untuk memenuhi kebutuhan gizi mereka baik untuk pertumbuhan dan perkembangan mereka sendiri dan, jika mereka menyusui, untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi mereka. Kekurangan Energi Kronis (KEK) adalah salah satu masalah gizi yang sering memengaruhi wanita usia subur. Salah satu kondisi yang disebabkan oleh kekurangan makanan adalah kekurangan energi kronis (KEK). Penyakit yang terjadi ketika seseorang mengalami kekurangan makanan selama setahun yang mengakibatkan masalah kesehatan relatif atau absolut (Noor, 2021).

Berdasarkan sumber data laporan rutin dari 34 provinsi pada tahun 2022, diketahui bahwa dari 3.249.503 ibu hamil yang Lila-nya diukur, sebanyak 283.833 memiliki Lila < 23,5 cm (risiko KEK). Dengan demikian, angka capaian ibu hamil dengan risiko KEK sebesar 8,7% (cut off date 4 Februari 2022) dibandingkan dengan target 14,5% untuk tahun 2021 (Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan, 2021). Selanjutnya, dari 339 ibu hamil yang diukur LILA-nya, 63 orang memiliki LILA kurang dari 23,5 cm (risiko KEK). Artinya, angka capaian ibu hamil dengan risiko KEK sebesar 18,5% berdasarkan sumber data laporan rutin tahun 2023 dari Puskesmas Jember Kidul. Jika capaian ini diukur dengan tolok ukur kesehatan masyarakat WHO (WHO, 2010) Indonesia masih termasuk dalam kategori negara dengan masalah kesehatan masyarakat sedang (5–9,9%) bagi ibu hamil yang berisiko KEK (Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan, 2021).

Ketidakseimbangan antara pengeluaran dan asupan energi untuk memenuhi kebutuhan adalah akar penyebab KEK (Departemen Gizi dan Kesmas FKMUI, 2007). Bila tubuh kekurangan satu atau beberapa jenis zat gizi penting, maka akan terjadi KEK. Tubuh bisa kekurangan zat gizi karena berbagai faktor, seperti mengonsumsi dalam jumlah yang tidak mencukupi, zat gizi berkualitas buruk, atau keduanya. Penyakit kekurangan energi kronis (KEK) menyebabkan anemia, pendarahan, dan peningkatan risiko infeksi pada ibu. Kekurangan energi kronis meningkatkan kemungkinan operasi caesar, persalinan dini, dan persalinan lama selama proses kelahiran. Persalinan dengan berat badan lahir rendah (BBLR), keguguran atau aborsi, lahir mati, kematian neonatal, kelainan lahir, anemia pada bayi, dan asfiksia intrapartum (kematian dalam kandungan) merupakan beberapa dampak dari gangguan kekurangan energi kronis (KEK) pada janin.

Karena mengonsumsi makanan seimbang merupakan pilihan pribadi, teori *Health Belief Model* merupakan kerangka teori yang sesuai untuk penelitian ini. Teori ini berpendapat bahwa perilaku individu ditentukan oleh persepsi atau keyakinannya sendiri, terlepas dari apakah persepsi tersebut benar atau tidak. Karena kekurangan energi semakin jarang terjadi, upaya untuk meningkatkan kesehatan gizi WUS sebenarnya dapat membantu negara mencapai tujuan pembangunannya dengan meningkatkan mutu sumber daya manusianya. Salah satu cara untuk mengatasi KEK adalah melalui IEC (Information, Communication, and Education) tentang KEK, unsur-unsur yang memengaruhinya, dan strategi untuk mengatasinya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *True Experimental posttest-only control design*. Karena kondisi kelompok yang diberi perlakuan dan yang tidak diberi perlakuan dapat dibandingkan, maka hasil penelitian dapat dipahami dengan lebih tepat.

Sampel dalam penelitian ini sejumlah 30 orang. Kriteria inklusi yang ditentukan peneliti sesuai untuk pengambilan sampel ini. Penelitian dilakukan pada tahun 2024 antara bulan Mei-Juni. Kuesioner merupakan peralatan atau alat yang digunakan dalam penelitian ini.

Uji T Independen digunakan dalam penelitian ini untuk analisis univariat dan bivariat. Menggunakan perangkat lunak SPSS, Uji T Independen dilakukan dengan nilai ρ 0,05. Data harus lulus uji normalitas data dengan distribusi normal karena metode uji statistik ini adalah statistik parametrik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bagian ini disajikan hasil kajian dan analisisnya "Pengaruh penggunaan media video berbasis HBM di wilayah kerja Puskesmas Jember Kidul"

Table 1. Distribusi frekuensi dan persentase responden berdasarkan usia WUS di wilayah kerja Puskesmas Jember Kidul tahun 2024

Usia	Frekuensi (*f*)	Persentase (%)
<20 tahun	1	3.30%
20 – 35 tahun	26	86.70%
> 35 tahun	3	10.00%
Total	30	100.00%

Berdasarkan tabel 1 di atas, sebanyak 26 responden atau 86,70% berusia antara 20 sampai 35 tahun. Responden lainnya atau 10% dari sampel berusia antara 35 tahun ke bawah, dan satu responden atau 3,30% berusia di bawah 20 tahun.

Table 2. Distribusi frekuensi dan persentase responden berdasarkan pendidikan WUS di wilayah kerja Puskesmas Jember Kidul tahun 2024

Pendidikan	Frekuensi (*f*)	Persentase (%)
SD	1	3.30%
SMP	4	13.30%
SMA	21	70.00%
Perguruan Tinggi	4	13.30%
Total	30	100.00%

Berdasarkan tabel 2 di atas, sebanyak 21 responden atau 70,00% telah menyelesaikan pendidikan SMA. Responden lainnya atau 13,30% telah menyelesaikan pendidikan SMP, 4 responden atau 13,30% telah memperoleh gelar sarjana, dan 1 responden atau 3,30% telah menyelesaikan pendidikan SD.

Table 3. Berdasarkan pekerjaan WUS, distribusi frekuensi dan proporsi responden di wilayah kerja Puskesmas Jember Kidul tahun 2024

Pekerjaan	Frekuensi (*f*)	Persentase (%)
Tidak bekerja	20	66.70%
Guru	2	6.70%
Swasta	3	10.00%
Wiraswasta	5	16.70%
Total	30	100.00%

Berdasarkan tabel 3 di atas, mayoritas responden 20 orang atau 66,70% tidak memiliki pekerjaan. Responden lainnya 5 orang atau 13,30% memiliki pekerjaan mandiri; sektor swasta mempekerjakan tiga orang atau 10,00%, dan guru, atau 2 orang atau 6,70% memiliki pekerjaan.

Table 4. Distribusi frekuensi dan persentase responden berdasarkan paritas WUS di wilayah kerja Puskesmas Jember Kidul tahun 2024

Paritas	Frekuensi (*f*)	Persentase (%)
Primigravida	16	53.30%
Multigravida	14	46.60%
Total	30	100.00%

Berdasarkan pada tabel 4 tersebut sebagian besar responden primigravida sebanyak 16 responden atau 53,30%, dan selebihnya multigravida sebanyak 14 responden atau 46,60%.

Table 5. Distribusi frekuensi dan rerata persepsi kelompok WUS yang tidak mendapatkan media video berbasis HBM tentang asupan gizi seimbang di Wilayah Kerja Puskesmas Jember Kidul tahun 2024

Persepsi kelompok WUS	Frekuensi (*f*)	Persentase (%)
50 – 64 (BAIK)	0	00.00%
33 – 49 (CUKUP)	15	100.00%
Total	15	100.00%

Tabel 5 di atas menunjukkan bahwa ternyata persepsi kelompok WUS yang tidak mendapatkan media video berbasis HBM tentang asupan gizi seimbang keseluruhan pada rentang nilai 33 – 49 atau pada kategori persepsi **cukup** yaitu sebanyak 15 (100,00%) WUS dengan rerata sebesar 42,00%.

Table 6 Distribusi frekuensi dan persentase dan rerata persepsi kelompok WUS yang tidak mendapatkan media video berbasis HBM tentang asupan gizi seimbang di Wilayah Kerja Puskesmas Jember Kidul tahun 2024

Persepsi kelompok WUS	Frekuensi (*f*)	Persentase (%)
50 – 64 (BAIK)	3	20.00%
33 – 49 (CUKUP)	12	80.00%
Total	15	100.00%

Berdasarkan tabel 6 diatas menunjukkan bahwa ternyata persepsi kelompok WUS yang mendapatkan media video berbasis HBM tentang asupan gizi seimbang hampir keseluruhan pada rentang nilai 33 – 49 atau pada kategori persepsi **cukup** sebanyak 12 (80,00%) WUS dengan rerata sebesar 43,46%.

Table 7 Tabel persepsi tentang asupan gizi seimbang antara kelompok WUS yang tidak diberikan media video dan kelompok yang diberikan media video yang berbasis HBM

Persepsi WUS	(f)	%	Rerata	(f)	%	Rerata	Hasil Uji SPSS
50 – 64 (BAIK)	0	00,00%	42,00 %	3	20,00 %	43,46 %	,279≥0,05
33 – 49 (CUKUP)	15	100,00 %		12	80,00%		,278≥0,05
Total	15	100,00%		15	100,00%		

Tabel 7 di atas menunjukkan hasil komparasi ternyata persepsi WUS pada rentang 50 – 64 pada kelompok kontrol lebih rendah (00,00%) dibandingkan dengan kelompok perlakuan (20,00%). Persepsi WUS pada rentang 33 – 49 pada kelompok kontrol lebih tinggi sebanyak 15 (100,00%) dibandingkan dengan kelompok perlakuan sebanyak 12 (80,00%). Rerata persepsi pada kelompok kontrol lebih rendah yaitu 42,00% dibandingkan rerata persepsi pada kelompok perlakuan yaitu 43,46%.

Tabel 7 menunjukkan bahwa nilai p-value=,278 ≥ 0,05 dan p-value=,279 ≥ 0,05, menunjukkan tidak ada pengaruh media video berbasis HBM terhadap persepsi tentang asupan gizi seimbang di Wilayah Kerja Puskesmas Jember Kidul.

Perseps WUS yang tidak mendapatkan media video berbasis HBM tentang asupan gizi seimbang di wilayah kerja Puskesmas Jember Kidul

Hasil penelitian menyatakan ternyata persepsi kelompok WUS yang tidak mendapatkan media video berbasis HBM tentang asupan gizi seimbang keseluruhan pada rentang nilai 33 – 49 atau pada kategori persepsi cukup yaitu sebanyak 15 (100,00%) WUS dengan rerata sebesar 42,00%.

Tujuan teori persepsi Gibson adalah untuk menangkap invarian-varian ini secara tidak langsung. Oleh karena itu, kita dapat langsung merasakan informasi kedalaman yang ditawarkan oleh tekstur daripada harus menganalisis informasi yang diberikan oleh sinyal-sinyal kedalaman yang tersebar (Goldstein, 1989). Proses persepsi dapat dibedakan menjadi tiga proses, yaitu selection, organization, dan interpretation. Seperti yang telah disebutkan oleh Wood, persepsi dikatakan sebagai sebuah proses aktif memilih, mengatur dan menafsirkan orang, objek, peristiwa, situasi, dan aktivitas. Dengan demikian, hal pertama yang harus diperhatikan dalam definisi ini adalah persepsi itu merupakan proses aktif.

Berdasarkan asas keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, hidup bersih, dan menjaga berat badan normal secara teratur, Diskes (2022) mendefinisikan gizi seimbang sebagai komposisi pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Mengonsumsi pangan yang cukup jumlah, mutu, dan menyediakan berbagai zat gizi yang dibutuhkan tubuh disebut gizi seimbang. Tujuannya adalah menjaga kesehatan tubuh, pertumbuhan yang ideal (pada remaja), menyimpan zat gizi, dan memastikan tugas serta fungsi sehari-hari berjalan semulus mungkin.

Persepsi asupan gizi seimbang yang benar merupakan gambaran pengetahuan, penilaian dan pendapat seseorang mengenai pentingnya menerapkan asupan gizi seimbang yang benar, sehingga dapat mempengaruhi kebiasaan sehari-hari.

Menurut peneliti, hal ini dapat terjadi karena WUS sebelumnya hanya mendapatkan edukasi dari bidan hanya menggunakan media buku KIA. WUS menganggap bahwa materi tentang asupan gizi seimbang yang didapatkan tidak cukup menarik, sehingga memberikan persepsi tentang asupan gizi seimbang yang cukup berbeda dengan informasi yang didaptkan dari media lain, misalnya YouTube, Google, Tiktok, dll.

Perseps WUS yang mendapatkan media video berbasis HBM tentang asupan gizi seimbang di wilayah kerja Puskesmas Jember Kidul

Hasil penelitian menyatakan ternyata persepsi kelompok WUS yang mendapatkan media video berbasis HBM tentang asupan gizi seimbang hampir keseluruhan pada rentang nilai 33 – 49 atau pada kategori persepsi **cukup** sebanyak 12 (80,00%) WUS dengan rerata sebesar 43,46%.

Ide di balik teori media video adalah menyajikan konten edukasi dalam bentuk video sebagai alat bantu. Putra dkk. (2017) mendukung pernyataan ini dengan menyatakan bahwa media video pembelajaran merupakan jenis media yang menggabungkan audio dan visual, termasuk berbagai gambar dan suara yang terkait dengan materi pembelajaran yang ditampilkan melalui media, seperti proyektor. Hal ini merupakan upaya untuk menciptakan pembelajaran yang menarik dan tidak membosankan.

Salah satu teori psikologi paling populer untuk menjelaskan perilaku yang berhubungan dengan kesehatan adalah model keyakinan kesehatan. Teori model keyakinan kesehatan menjelaskan bagaimana pendapat seseorang tentang efektivitas dan kerentanan pengobatan mereka memengaruhi pengambilan keputusan mereka seputar kesehatan mereka. Model Keyakinan Kesehatan (HBM) secara luas dianggap sebagai salah satu model yang paling menonjol dan disukai untuk menjelaskan perilaku sehat, yang membantu mencegah timbulnya penyakit. Model Keyakinan Kesehatan digunakan untuk menjelaskan perilaku orang sakit dan untuk mengantisipasi perilaku kesehatan *preventif* (Anugrah Niskalawasti & Dinda Dwarawati, 2022).

Menurut pendapat peneliti, kondisi tersebut bisa terjadi karena setelah mendapatkan penyuluhan dengan media video berbasis HBM, di mana media menggunakan indera pendengaran dan penglihatan, dan ini secara bertahap akan menumbuhkan keyakinan bahwa KEK adalah suatu kerentanan.

Pengaruh media video berbasis HBM terhadap persepsi tentang asupan gizi seimbang pada WUS

Temuan penelitian menunjukkan bahwa persepsi kelompok kontrol (00,00%) terhadap WUS dalam rentang usia 50–64 tahun lebih rendah dibandingkan dengan kelompok perlakuan (20,00%). Persepsi WUS pada rentang 33 – 49 pada kelompok kontrol lebih tinggi sebanyak 15 (100,00%) dibandingkan dengan kelompok perlakuan sebanyak 12 (80,00%). Rerata persepsi pada kelompok kontrol lebih rendah yaitu 42,00% dibandingkan rerata persepsi pada kelompok perlakuan yaitu 43,46%.

Hasil uji dengan menggunakan SPSS diperoleh nilai p-value=,278 ≥ 0,05 dan p-value=,279 ≥ 0,05, Dengan demikian, dapat dikatakan tidak terdapat pengaruh media video berbasis HBM terhadap penilaian asupan gizi seimbang karena H0 diterima dan Ha ditolak di Wilayah Kerja Puskesmas Jember Kidul.

Hal ini disebabkan karena adanya kelompok kontrol yang hanya mendapatkan penyuluhan dari bidan dengan media buku KIA. Pada penggunaan buku KIA pembelajaran hanya dapat menggunakan indra

penglihatan saja, karena dalam bentuk tulisan dan gambar, sehingga informasi yang diterima tidak optimal. Sedangkan WUS yang mendapatkan media video berbasis HBM, akan mendapatkan informasi yang lebih optimal. Lebih tepatnya, konten video berbasis HBM merupakan pendekatan teoritis untuk memastikan kesadaran WUS mengenai hak atau tanggung jawab mereka terhadap KEK. Sehingga, KEK menjadi salah satu pilihan untuk persoalan kesehatannya. Ada beberapa faktor lain yang dimungkinkan mempengaruhi ketidakefektifan pemberian media video berbasis HBM oleh peneliti salah satunya tidak tersedianya material pendukung untuk pemberian media video antara lain layar proyektor menyebabkan membatasi penglihatan. Hal ini sejalan dengan situasi yang dilalui oleh peneliti saat melakukan penelitian dimana peneliti hanya menggunakan laptop untuk memberikan media video kepada WUS dari rumah ke rumah. Selain itu faktor yang dapat mempengaruhi persepsi tentang asupan gizi seimbang antara lain faktor pendidikan. Sebagian besar dari responden berpendidikan SMA sebanyak 21 orang. Di sisi lain, sebanyak empat WUS telah menyelesaikan sekolah menengah pertama, sementara sebanyak satu orang hanya menyelesaikan sekolah dasar. Pemahaman ibu tentang asupan makanan yang seimbang dan kemampuannya untuk menyerap informasi dari media video yang ditawarkan akan dipengaruhi oleh tingkat pendidikannya. Menurut pernyataan Soetijiningsih, salah satu faktor penentu status gizi adalah pendidikan. Karena WUS dapat mengakses semua informasi eksternal mengenai kebutuhan gizi yang tepat dengan pendidikan yang baik. Dengan demikian, pola asuh yang berhasil akan muncul seiring dengan semakin banyaknya pengetahuan yang dimiliki dan perilaku yang diharapkan.

SIMPULAN

Dari penjabaran di atas, kesimpulan yang dapat diambil mengenai Pengaruh penggunaan media video berbasis HBM terhadap persepsi tentang asupan gizi seimbang di wilayah kerja Puskesmas Jember Kidul sebagai berikut :

1. Persepsi WUS tentang asupan gizi seimbang yang tidak mendapatkan media video berbasis HBM keseluruhan pada rentang nilai 33 – 49 atau pada kategori cukup dengan rerata sebesar 42,00%. Persepsi WUS pada kategori cukup yaitu, WUS memiliki pengetahuan yang cukup tentang asupan gizi seimbang, cukup mampu memberikan suatu penilaian yang baik tentang pentingnya makan tiga kali sehari dengan pola makan teratur dan mengonsumsi makanan padat gizi yang mengandung protein hewani dan nabati.
2. Persepsi WUS tentang asupan gizi seimbang pada WUS yang mendapatkan media video ada sebagian kecil pada rentang nilai 50 – 64 atau pada kategori persepsi baik. Persepsi WUS pada kategori baik yaitu, WUS memiliki pengetahuan yang baik tentang asupan gizi seimbang, mampu memberikan evaluasi yang solid tentang pentingnya makan jadwal makan teratur yang mencakup tiga kali makan sehari makanan padat nutrisi yang mengandung protein hewani dan nabati. Kondisi ini diakibatkan efek dari penggunaan media video berbasi HBM.
3. Persepsi asupan gizi seimbang tidak terpengaruh oleh pemanfaatan konten video berbasis HBM, dengan sedikit perbedaan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, hal ini memberikan makna bahwa perlakuan yang diberikan oleh peneliti berupa pemberian media video berbasis HBM tidak terlalu memberikan efek karena tidak tersedianya material pendukung untuk pemberian media video antara lain layar proyektor menyebabkan membatasi penglihatan.

Berdasarkan temuan penelitian ini, rekomendasi berikut dapat

1. Bagi Bidan

Diharapkan dapat memberikan edukasi terhadap masyarakat terutama wanita usia subur mengenai pentingnya mengkonsumsi gizi yang seimbang untuk mempersiapkan kehamilan agar mencegah terjadinya

penyakit Kekurangan Energi Kronik (KEK), sehingga dapat menciptakan generasi yang lebih sehat dan sejahtera.

2. Bagi Wanita Usia Subur

Dalam rangka mencegah terjadinya Kekurangan Energi Kronis (KEK) dan melahirkan generasi yang lebih sehat dan sukses, diharapkan hasil penelitian ini dapat memotivasi WUS untuk lebih memperhatikan gizi yang dikonsumsinya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya harus dapat meneliti aspek lain yang menyebabkan Kekurangan Energi Kronis (KEK). Atau, ia dapat menggunakan variabel yang lebih terfokus, seperti analisis catatan medis sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

Afriana, riza devi. (2017). Metodologi Penelitian Ilmiah. In *Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951–952.* (Vol. 6, Issue November). http://www.nber.org/papers/w16019

ALZA, Y. (2018). Hubungan Asupan Energi Dan Paritas Terhadap Resiko Kek (Kekurangan Energi Kronis) Pada Ibu Hamil Di Kecamatan Payung Sekaki Kota Pekanbaru. *Jurnal Proteksi Kesehatan*, *4*(1). https://doi.org/10.36929/jpk.v4i1.32

Anggraheny, H. D., & Novitasari, A. (2020). E- Book " Millenial Sadar Gizi " as One of The Efforts to Prevent Pregnant Woman from Chronic Energy Deficiency at Puskesmas Gunu. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 513–517. https://prosiding.unimus.ac.id/index.php/semnas/article/download/676/682

Anugrah Niskalawasti, & Dinda Dwarawati. (2022). Health Belief Model (HBM) pada Pelaku Diet DEBM. *Jurnal Riset Psikologi*, *90*, 39–44. https://doi.org/10.29313/jrp.v2i1.824

Hidayanti, R. N., Riyanto, S., & Rahma, A. (2015). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Infeksi Kecacingan dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Gambut Kabupaten Banjar Tahun 2015. *Jurkessia*, *6*(1), 26–31.

Kurnia Farastuti, S. (2021). Pengaruh Penggunaan Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan Sikap Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Puren Depok Sleman Yogyakarta. *Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*, 6–18.

Mahmudah, U. (2019). Pengaruh media teka-teki silang terhadap pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar. *Ilmu Gizi Indonesia*, *2*(2), 107. https://doi.org/10.35842/ilgi.v2i2.90

Mijayanti, R., Sagita, Y. D., Fauziah, N. A., & Fara, Y. D. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kurang Energi Kronik (KEK) pada Ibu Hamil di UPT Puskesmas Rawat Inap Sukoharjo Kabupaten Pringsewu Tahun 2020. *Jurnal Maternitas Aisyah*, *1*(3), 205–219. http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Jaman

Nurcahyani, I. D. (2020). Balanced Nutrition Counseling Intervention with Video Media on Changes in Nutrition Intake of Adolescent Girls. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, *2*(3), 159–165. https://doi.org/10.36590/jika.v2i3.113

Parapat, R. G. D. V., Melani, V., Wahyuni, Y., Nuzrina, R., & Sitoayu, L. (2021). Perbedaan Pengetahuan Gizi, Sikap Dan Perilaku Tentang Visual Gizi Seimbang Antara Dua Generasi Di Gereja Gski Rehobot Kebon Jeruk Jakarta. *Journal of Nutrition College*, *10*(2), 120–129. https://doi.org/10.14710/jnc.v10i2.29140

Pujiana, D., & Suratun, S. (2022). Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang Media Video Terhadap Pengetahuan Remaja Selama Darurat Covid – 19. *Indonesian Journal for Health Sciences*, *6*(1), 49–55. https://doi.org/10.24269/ijhs.v6i1.4189

Putri, H. P., Andara, F., & Sufyan, D. L. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Berbasis Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Di Jakarta Timur. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, *4*(2). https://doi.org/10.24912/jbmi.v4i2.11608